Sáng tạo

Bừng cháy sức mạnh bên trong

Creativity

Unleashing the Forces Within

Hồ Thị Việt Hà *dịch*

THẾ GIỚI NHÀ XUẤT BẢN THẾ GIỚI

OSHO

First News

Duong Kobo's Book Club

Tủ sách Kỹ thuật số
dành cho
Kindle & Kobo

SCAN TO JOIN

CREATIVITY – UNLEASHING THE FORCES WITHIN

Written by: OSHO

Copyright © 1999 by Osho International Foundation

Vietnamese edition © 2015 by First News – Tri Viet Publishing Co., Ltd.

Published by arrangement with Osho International Foundation through Tuttle-Mori Agency (Thailand) Co. Ltd.

All rights reserved.

SÁNG TẠO - BỪNG CHÁY SỨC MẠNH BÊN TRONG

Tác giả: OSHO

Công ty First News – Trí Việt giữ Bản quyền xuất bản và phát hành ấn bản tiếng Việt trên toàn thế giới theo hợp đồng chuyển giao bản quyền với Osho International Foundation thông qua Tuttle-Mori Agency, Thái Lan.

Bất cứ sự sao chép nào không được sự đồng ý của First News đều là bất hợp pháp và vi phạm Luật Xuất bản Việt Nam, Luật Bản quyền Quốc tế và Công ước Bảo hộ Bản quyền Sở hữu Trí tuệ Berne.

Quý độc giả có nhu cầu liên hệ, vui lòng gửi email về:

Bản thảo và bản quyền: rights@firstnews.com.vn

Phát hành: triviet@firstnews.com.vn

CÔNG TY VĂN HÓA SÁNG TẠO TRÍ VIỆT – FIRST NEWS

11H Nguyễn Thị Minh Khai, Quận 1, TP. HCM

Tel: (84.28) 38227979 – 38227980 Fax: (84.28) 38224560

Lời tựa
HƯƠNG THƠM CỦA TỰ DO

Sáng tạo là sự nổi loạn ngoạn mục nhất trong cuộc sống. Để sáng tạo, bạn phải thoát khỏi mọi khuôn phép; bằng không, sự sáng tạo của bạn chỉ là một bản sao chép không hơn không kém. Bạn cũng chỉ có thể sáng tạo khi bạn tồn tại như một cá thể riêng biệt, độc đáo và tách rời khỏi tâm lý đám đông. Tâm lý đám đông hoàn toàn phi sáng tạo. Đó chỉ là một kiểu sống mòn, không vũ điệu, không tiếng hát, không niềm vui – hết sức máy móc.

Người sáng tạo không thể bước theo lối mòn cũ kỹ. Anh ta phải vạch ra hướng đi riêng cho mình, phải tự khám phá những bí ẩn của cuộc đời. Anh ta phải dấn thân, phải vượt ra khỏi tâm trí của đám đông. Tâm trí của đám đông là loại tâm trí bầy đàn, a dua, a tòng, thấy đám đông chạy mình cũng chạy, thấy đám đông dừng cũng dừng mà không hiểu tại sao. Tâm trí này thiếu sự trải nghiệm và phân tích. Tuy vậy, tính bầy đàn cũng có sức cám dỗ của riêng nó: những ai một mực cho rằng lựa chọn của đám đông là hướng đúng đắn duy nhất thì sẽ được tôn trọng, kính nể.

Chính vì thế nên từ lâu đã tồn tại một quy luật "tất yếu" đến hà khắc đó là những người làm công việc sáng tạo như họa sĩ, vũ công, nhạc sĩ, nhà thơ, nhà điêu khắc… chớ có mà tơ tưởng đến việc được trọng vọng. Họ phải sống một cuộc đời du mục, một cuộc đời rày đây mai đó – khả năng duy nhất để họ có thể mặc sức sáng tạo. Nhưng không cần phải như thế. Trong tương lai, mọi người sẽ được sống theo kiểu của mình, không còn phải lang thang du mục nữa. Cuộc sống du mục là kết quả của một cuộc đời ước định sẵn và tuân theo những truyền thống cũ.

Người sáng tạo không thể bước theo lối mòn cũ kỹ. Anh ta phải vạch ra hướng đi riêng cho mình, phải tự khám phá những bí ẩn của cuộc đời. Anh ta phải dấn thân, phải vượt ra khỏi tâm trí của đám đông.

Nỗ lực của tôi là phá vỡ định kiến của đám đông và giải phóng cho mỗi cá nhân để họ được là chính mình. Khi đó sẽ không còn vấn đề gì nữa, bạn có thể sống một cuộc đời như ý muốn. Trên thực tế, loài người chỉ thật sự được sinh ra vào cái ngày mà mỗi cá nhân đều được tôn trọng bởi chính sự "trở lại" của mình. Nhưng cho đến nay thì loài người vẫn chưa được sinh ra, tất cả hãy còn trong giai đoạn hoài thai. Cái gọi là nhân loại như bạn đang nhìn thấy chẳng qua chỉ là một hiện tượng "đám đông", trừ phi chúng ta trao cho mỗi người quyền tự do cá nhân, nghĩa là toàn quyền được là chính mình, được tồn tại theo cách của riêng mình... và dĩ nhiên anh ta không cần phải can dự vào chuyện của người khác – đó cũng là một phần của tự do, chẳng ai cản trở ai hết.

Thế nhưng ai ai cũng thích xen vào việc của người khác, ngay cả những việc hoàn toàn riêng tư, chẳng dính dáng gì đến xã hội. Ví dụ, bạn yêu một người phụ nữ, việc đó có dính dáng gì đến xã hội đâu! Đây hoàn toàn là chuyện cá nhân, không hề liên quan đến bàn dân thiên hạ. Khi hai con người có tình cảm với nhau thì xã hội không nên chen vào. Ấy vậy mà xã hội lại can thiệp vào, cả trực tiếp lẫn gián tiếp, bằng tất cả những "công cụ" mình có như quan tòa, cảnh sát...

Loài người cần có một mảnh đất mới, mảnh đất của tự do. Chủ nghĩa du mục, một lối sống không chiều theo quy tắc xã hội, là một kiểu phản ứng tất yếu. Nhưng nếu tầm nhìn của tôi trở thành hiện thực, khi đó chủ nghĩa du mục sẽ không còn tồn tại nữa bởi sẽ không còn cái gọi là tâm trí đám đông luôn tìm cách thống trị con người. Rồi mọi người sẽ cảm thấy thoải mái, dễ chịu hơn.

Khi đó chỉ có sự sáng tạo. Sáng tạo chính là hương thơm của sự tự do cá nhân.

Người sáng tạo là người có sự hiểu biết thấu suốt, có thể nhìn thấy những điều chưa ai từng thấy trước đó và nghe thấy những điều chưa ai từng nghe.

CHUẨN BỊ TOAN

Một khi bệnh tật biến mất, mọi người đều trở thành nhà sáng tạo. Chỉ những người ốm đau mới gieo rắc sự tàn phá, còn những ai khỏe mạnh thì đều sáng tạo. Sáng tạo là hương thơm của sức khỏe. Khi con người thật sự khỏe mạnh, khỏe toàn diện, tự thân họ sẽ trở nên sáng tạo và khát khao sáng tạo.

SỐNG ĐỜI PHONG PHÚ

Nhân loại giờ đây đang đứng trước ngã tư đường. Chúng ta đã sống một cuộc đời đơn chiều và đến nay thì sức cùng lực kiệt. Giờ chúng ta cần sống một cuộc đời phong phú hơn, một cuộc đời ba chiều, nghĩa là sống *có ý thức,* sống với *lòng trắc ẩn* và sống *sáng tạo*.

Ý thức nói lên *sự hiện hữu,* trắc ẩn là *tình cảm,* còn sáng tạo chính là *hành động. Con người mới* phải bao gồm cả ba yếu tố trên. Tôi biết tôi đang trao cho bạn thử thách lớn lao nhất, nhiệm vụ khó khăn nhất phải hoàn thành. Bạn phải tĩnh tại như Đức Phật, đáng yêu như thần Krishna(*) và sáng tạo như Michelangelo, Leonardo da Vinci. Cùng một lúc bạn phải hội đủ cả ba nhân cách ấy. Chỉ như vậy bạn mới là một con người toàn vẹn, bằng không thì trong bạn vẫn còn thiếu vắng một điều gì đó. Và điều thiếu sót này sẽ khiến bạn bị thiên lệch, khiếm khuyết. Bạn có thể vươn đến đỉnh cao nếu sống một cuộc đời đơn chiều, nhưng chỉ là một đỉnh cao mà thôi. Còn tôi lại muốn bạn trở thành cả dãy Himalaya với muôn trùng đỉnh cao.

(*) *Về mặt từ nguyên, Krishna có nghĩa là thu hút, có duyên. Theo truyền thuyết của đạo Hindu, các hóa thân của thần Krishna đều là để cứu giúp con người.*

Con người đơn chiều đã thất bại. Anh ta không thể tạo ra một hành tinh đẹp đẽ, không thể tạo ra thiên đường trên chính mặt đất. Anh ta đã thất bại, hoàn toàn thất bại! Anh ta có thể tạo ra một vài con người tuyệt vời nhưng không thể chuyển hóa, cũng như không thể nâng cao tâm thức của toàn thể nhân loại. Đâu đó chỉ mới có một vài cá thể đạt đến sự khai ngộ. Thế cũng chẳng giúp ích được gì. Chúng ta cần có thêm nhiều người được khai sáng hơn nữa, và khai sáng theo con đường ba chiều.

Đó là định nghĩa của tôi về *con người mới.*

Đức Phật chẳng phải là một nhà thơ nhưng *nhân loại mới,* những người đang trở thành Phật[**], sẽ là những nhà thơ. Khi nói đến "nhà thơ", ở đây tôi không ngụ ý bạn phải làm thơ mà là hãy sống với một *tâm hồn thơ ca.* Cuộc sống của bạn phải thi vị như thơ và cách bạn đến với cuộc đời này cũng nên đẹp như thơ.

[**] *Buddha nghĩa là Phật, hay bậc Giác Ngộ.*

Bạn có thể vươn đến đỉnh cao nếu sống một cuộc đời đơn chiều, nhưng chỉ là một đỉnh cao mà thôi. Còn tôi lại muốn bạn trở thành cả dãy Himalaya với muôn trùng đỉnh cao.

Lô-gic thì khô khan, trong khi thơ ca thì sống động.

Lô-gic không thể nhảy múa, không tài nào nhảy được. Lô-gic mà nhảy múa thì trông sẽ rất nực cười! Tuy nhiên thơ ca lại có thể. Thơ ca chính là vũ điệu của trái tim.

Lô-gic không thể yêu thương, nó chỉ có thể nói về tình yêu chứ không thể yêu; mà dường như tình yêu thì phi lô-gic. Chỉ có thơ ca mới biết yêu thương, chỉ có thơ ca mới có thể nhảy múa giữa nghịch lý của tình yêu.

Lô-gic thì lạnh lẽo, vô cùng lạnh lẽo. Nó chỉ có ích trong toán học chứ về mặt nhân văn thì không. Nếu loài người trở nên quá lô-gic, thế giới này sẽ mất đi tính nhân bản và chỉ toàn là những con số không hơn không kém.

Thơ ca, tình yêu và cảm xúc mang đến cho cuộc sống chúng ta sự ấm áp và chiều sâu. Chúng làm tan chảy sự lạnh lẽo trong bạn và bạn sẽ trở nên nhân bản hơn. Đức Phật là một con người siêu thường, điều đó không có gì là hoài nghi. Ngài mang vẻ đẹp siêu phàm thoát tục nhưng lại không có được cái đẹp mà Zorba[***] "tay chơi Hy Lạp" có. Nhân vật Zorba ấy "đời" biết bao. Tôi muốn bạn hãy là cả hai con người ấy, cả Zorba lẫn Đức Phật. Một người thì tĩnh tại nhưng đầy xúc cảm, chan chứa tình yêu thương; còn người kia lại đầy tính sáng tạo. Nếu tình yêu của bạn chỉ đơn thuần là cảm xúc và không được chuyển thành hành động, nó sẽ không thể nào tác động đến nhân loại. Do vậy, bạn phải biến tình cảm thành hành động thực tế.

[***] *Zorba, một nhân vật trong cuốn tiểu thuyết Zorba the Greek của tác giả Nikos Kazantzakis. Cuốn tiểu thuyết kể về tình bạn sâu sắc giữa Zorba – đại diện cho chủ nghĩa khoái lạc và nhân vật "tôi" – đại diện cho chủ nghĩa lý tưởng. Cuộc sống của Zorba là ăn chơi hoan lạc, cuộc sống của nhân vật "tôi" là đau đáu với hành trình nội tâm với*

mong muốn một ngày có thể viết một tác phẩm về Đức Phật.

Đây là ba chiều trong cuộc sống của bạn: *hiện hữu, xúc cảm* và *hành động*. Trong hành động luôn chứa đựng tính sáng tạo, đủ mọi loại hình sáng tạo – từ âm nhạc, thơ ca, hội họa, điêu khắc, kiến trúc cho đến khoa học, công nghệ. Xúc cảm thì chứa đựng tất cả những gì thuộc về thẩm mỹ, như tình yêu, cái đẹp. Còn hiện hữu là trạng thái chiêm nghiệm về bản thân, nhận biết sáng suốt và ý thức nội tâm.

AN NHIÊN TRONG HÀNH ĐỘNG

Trước hết, bạn phải hiểu được bản chất của hoạt động và những dòng chảy ngầm bên dưới hoạt động, bằng không bạn sẽ không thể nào cảm thấy thảnh thơi. Nếu không quan sát và nhận biết bản chất của hoạt động, cho dù bạn có muốn thư giãn đi nữa thì cũng không được vì hoạt động không phải là một hiện tượng đơn giản. Rất nhiều người muốn được thảnh thơi nhưng không thể. Sự thảnh thơi cũng giống như việc nở hoa vậy, bạn không thể ép buộc nó. Bạn phải hiểu toàn diện hiện tượng này, chẳng hạn vì sao bạn lại năng động đến thế, tại sao bạn lại bận rộn với quá nhiều hoạt động và tại sao lúc nào bạn cũng bị chúng ám ảnh.

Tôi muốn bạn nhớ và phân biệt rõ sự khác nhau giữa hai điều này: *hành động* và *hoạt động.* Hành động không phải là hoạt động và hoạt động đương nhiên không phải là hành động. Bản chất của chúng hoàn toàn trái ngược nhau. Hành động xuất hiện khi tình huống đòi hỏi và bạn đáp lại bằng cách hành động. Trong khi đó hoạt động lại không liên quan gì đến tình huống và không phải là một sự đáp ứng, chỉ là do bụng dạ bồn chồn không yên nên tình huống trở thành cái cớ biện hộ cho sự tăng động như thế.

Đức Phật mang vẻ đẹp siêu phàm thoát tục nhưng lại không có được cái đẹp mà Zorba "tay chơi Hy Lạp" có. Nhân vật Zorba ấy "đời" biết bao. Tôi muốn bạn hãy là cả hai con người ấy, cả Zorba lẫn Đức Phật. Một người thì tĩnh tại nhưng đầy xúc cảm, chan chứa tình yêu thương; còn người kia lại đầy tính sáng tạo.

Hành động là sản phẩm của một tâm trí tĩnh lặng – điều đẹp đẽ nhất trên thế gian này. Trong khi đó hoạt động lại là sản phẩm của một tâm trí bất ổn, nên là điều tệ hại nhất. Hành động mang tính tương hợp trong khi hoạt động thì không. Hành động mang tính khoảnh khắc, ngẫu nhiên trong khi hoạt động bị đè nặng bởi quá khứ, nó không phải là một sự đáp ứng tích cực trước khoảnh khắc hiện tại mà thay vào đó chỉ tuôn trào cái bất ổn chất chứa từ

quá khứ. Hành động mang tính sáng tạo, còn hoạt động thì có tính hủy hoại – đối với bản thân bạn và cả những người khác.

Hãy nhận ra sự khác biệt tinh tế này. Chẳng hạn bạn ăn khi đói, đó chính là hành động. Nhưng khi không đói chút nào mà bạn vẫn ăn thì đó gọi là hoạt động. Có thể nói hoạt động ăn uống là một dạng bạo lực bởi bạn chà xát hai hàm răng vào nhau để nghiền thức ăn. Nhiều khi bạn ăn không phải vì đói mà đơn giản chỉ là để thỏa mãn nhu cầu nội tại nào đó, chẳng hạn như giúp giải tỏa một chút bất an trong lòng.

Sự thảnh thơi cũng giống như việc nở hoa vậy, bạn không thể ép buộc nó. Bạn phải hiểu toàn diện hiện tượng này, chẳng hạn vì sao bạn lại năng động đến thế, tại sao bạn lại bận rộn với quá nhiều hoạt động và tại sao lúc nào bạn cũng bị chúng ám ảnh.

Trong thế giới động vật, sự bạo lực vốn đi liền với nanh (miệng) và vuốt (tay). Trong lúc bạn ăn, hai yếu tố này được liên kết với nhau: tay lấy thức ăn còn miệng thì nhai; chính khi đó, tính bạo lực được phóng thích. Nếu không cảm thấy đói mà vẫn muốn ăn, đó không còn là hành động mà là một dạng bệnh hoạn, một sự ám ảnh. Dĩ nhiên là bạn không thể cứ ăn uống thả cửa vì nếu thế chẳng mấy chốc bạn sẽ vỡ bụng mất, vì vậy con người phải dùng đến những mánh lới như nhai kẹo cao su hoặc hút thuốc. Đó là những thứ thức ăn giả tạo bởi chúng không hề có giá trị dinh dưỡng, chỉ dung dưỡng thêm cho tính bạo lực nói trên.

Hoạt động này cho thấy bạn bị ám ảnh, bạn không thể là chính mình, bạn không thể tĩnh lặng và ngồi im. Thông qua hoạt động, sự điên rồ bên trong bạn tuôn trào không dứt.

Hành động thì luôn đẹp đẽ. Hành động diễn ra như là một sự đáp ứng tự nhiên. Cuộc sống luôn cần đến kiểu đáp ứng như thế, vì bạn đều phải hành động trong mỗi khoảnh khắc. Bạn đói, vì thế bạn đi tìm thức ăn; bạn khát, do đó bạn đi đến giếng nước. Bạn buồn ngủ, vậy nên bạn đi ngủ. Tất cả là do tình huống mà ra và hành động luôn mang tính toàn diện, tự nhiên.

Trong khi đó, hoạt động xuất phát từ quá khứ và không hề mang tính ngẫu nhiên. Có thể hoạt động đó đã được tích lũy từ nhiều năm và bùng nổ trong hiện tại chứ không hề liên quan đến tình huống. Thế nhưng tâm trí của chúng ta tinh ranh lắm, nó luôn tìm được lý lẽ thích hợp để biện hộ cho hoạt động. Lúc nào nó cũng cố chứng minh đây không phải là hoạt động mà là hành động – một hành động cần thiết. Ví dụ, đột nhiên bạn nổi nóng.

Mọi người đều nhận thấy điều đó là không cần thiết, sự việc cũng không đến nỗi khiến bạn nổi nóng đến thế, duy chỉ có bạn là không nhận ra. Có thể mọi người sẽ bảo: "Anh đang làm gì đấy? Đâu cần thiết phải như vậy. Tại sao anh lại giận dữ đến thế chứ?". Nhưng bạn vẫn tìm được lý do thỏa đáng để biện minh.

Chính sự hợp lý hóa này khiến bạn không ý thức về sự điên khùng của mình. George Gurdjieff, bậc thầy tâm linh nổi tiếng người Nga, gọi đây là "đệm giảm xóc". Bạn tạo ra những chiếc "đệm" giảm sốc – các lý do – để không phải nhìn ra tình huống thật sự. Chúng ta biết rằng giữa hai khoang tàu hỏa phải có những vật đệm để khi tàu dừng đột ngột thì hành khách cũng không bị sốc nhờ vật đệm đã giảm bớt xung lực. Hoạt động của bạn chẳng liên quan gì đến tình huống nhưng những lý do "hợp lý" ấy đã khiến bạn không nhìn thấy sự thật. Chúng đã che mắt bạn và kiểu hoạt động như thế cứ tiếp tục diễn ra.

Loại hoạt động này không cho phép bạn cảm thấy thư thái, dễ chịu. Làm sao bạn có thể thảnh thơi khi luôn bị ám ảnh phải làm một điều gì đó, bất kể là gì. Họ không ngừng lải nhải: "Thà làm một cái gì đó còn hơn là không làm gì cả!". Rồi có người còn bảo: "Tâm trí trống rỗng là xưởng thợ của ma quỷ". Không hề như vậy! Tâm trí trống rỗng mới là xưởng thợ của Thượng đế. Tâm trí trống rỗng chính là điều tuyệt vời nhất, thuần khiết nhất thế gian này. Làm sao tâm trí trống rỗng lại là xưởng thợ cho ma quỷ được kia chứ? Ma quỷ không thể xâm nhập vào tâm trí trống rỗng, không thể nào! Mà ngược lại, ma quỷ chỉ có thể đi vào những tâm trí đang bị ám ảnh bởi hoạt động, để rồi chúng có thể sai khiến bạn, chỉ cho bạn thấy những cách thức và phương tiện để "năng động" hơn. Ma quỷ chẳng bao giờ bảo bạn: "Thư giãn đi!", thay vào đó là: "Sao mình phí thời gian thế? Động tay động chân thôi! Cuộc sống có chờ ai đâu, phải làm gì đi chứ!". Mọi bậc thầy vĩ đại, những người giác ngộ chân lý cuộc đời, đều nhận ra rằng chỉ tâm trí trống rỗng mới có chỗ cho những điều thiêng liêng ngự trị.

Ma quỷ, chứ không phải tâm trí trống rỗng, cần đến hoạt động. Làm sao ma quỷ có thể sử dụng một tâm trí trống rỗng cho được? Nó thậm chí còn không dám đến gần nữa là, bởi sự trống rỗng sẽ giết chết nó. Nhưng khi bạn cảm thấy bị thôi thúc đến điên cuồng phải thực hiện một hoạt động nào đó, khi đó ma quỷ sẽ ra tay. Chúng sẽ điều khiển bạn.

Chúng ta cần phải theo dõi những ám ảnh trong cuộc sống hàng ngày của mình, bởi những gì tôi nói đều không có ý nghĩa gì hết trừ khi bạn tự nhận thấy những hoạt động ấy thật chẳng liên

quan gì đến tình cảnh, cũng như không cần thiết chút nào. Vậy thì tại sao bạn lại thực hiện chúng?

Nhờ đi nhiều nơi, tôi nhận thấy mọi người không ngừng lặp đi lặp lại những điều y hệt như nhau. Có một lần tôi ngồi suốt hai mươi bốn giờ trên tàu hỏa cùng với vị hành khách nọ. Anh ta đọc mãi một tờ báo, chẳng bận tâm tìm việc gì khác để làm. Bị giới hạn trong buồng tàu không có gì để sáng tạo, thế là anh ta cứ đọc báo suốt. Còn tôi thì… quan sát người đàn ông này đang làm gì.

"Tâm trí trống rỗng là xưởng thợ của ma quỷ". Không hề như vậy!
Tâm trí trống rỗng mới là xưởng thợ của Thượng đế.

Tờ báo hoàn toàn khác với quyển sách kinh. Bạn có thể đọc đi đọc lại quyển kinh vì sau mỗi lần đọc, bạn lại học được điều gì đó mới mẻ. Nhưng tờ báo thì lại không như thế, đọc xong là hết! Thậm chí nó chẳng đáng để bạn đọc thêm lần nữa, ấy vậy mà nhiều người cứ đọc đi đọc lại mãi. Sao thế nhỉ? Phải chăng đó là một nhu cầu? Chẳng phải vậy, chỉ vì họ bị ám ảnh mà thôi – họ không thể ngồi im, không thể không hoạt động. Không thể chấp nhận được chuyện đó, vì trông họ chẳng khác nào kẻ chết rồi! Họ cần phải hoạt động!

Nhiều năm chu du đó đây đã cho tôi lắm cơ hội để quan sát mọi người mà họ không hề hay biết. Thỉnh thoảng có những lần chỉ có một hành khách ngồi chung với tôi trong khoang tàu. Người đó tìm mọi cách để bắt chuyện với tôi nhưng tôi chỉ ậm ừ "Có" hoặc "Không", thế nên anh ta đành bỏ ý định đó. Rồi tôi chỉ việc ngồi quan sát, thật là một thí nghiệm thú vị mà không tốn xu nào! Tôi thấy anh ta mở va li ra, chẳng làm gì sất, cứ nhìn chăm chăm vào đó, rồi đóng va li lại. Tiếp đến anh ta mở cửa sổ, rồi lại đóng cửa sổ. Sau đó anh ta đọc báo, hút thuốc, rồi lại mở va li ra, sắp xếp lại đồ đạc, đi đến mở cửa sổ và nhìn ra ngoài. Anh ta đang làm gì vậy? Tại sao anh ta lại làm thế? Rõ ràng có điều gì đó bên trong đang thôi thúc, và tâm trí anh đang phát sốt lên. Anh ta phải kiếm việc để làm, bằng không sẽ cảm thấy thừa thãi vô cùng. Ắt hẳn anh ta là người rất ưa hoạt động, còn đây là giây phút để thư giãn, ấy vậy mà anh ta lại không tài nào thư giãn vì thói quen cũ vẫn dai dẳng đeo bám.

Tương truyền rằng Aurangzeb, hoàng đế Moghul(****) đã giam lỏng cha đẻ của mình khi cha về già. Phụ thân của ông chính là vua Shah Jehan, người đã xây nên ngôi đền Taj Mahal nổi tiếng. Người con trai thứ này đã giam lỏng và phế ngôi của vua cha. Trong tiểu sử về Aurangzeb có viết rằng chỉ sau vài ngày, Shah Jehan đã

không còn bận tâm đến chuyện bị giam hãm nữa vì ông vẫn được cung phụng mọi thứ xa hoa. Ở trong cung điện, Shah Jehan vẫn sống một cuộc đời chẳng khác gì ông từng sống trước kia. Ở đây không giống chốn lao tù chút nào, ông có mọi thứ mình cần. Chỉ duy một điều không có ở đây chính là hoạt động – chẳng có gì để làm. Shah Jehan bèn nói với con trai: "Thôi được, con đã cung phụng cho ta mọi thứ và thứ gì cũng đẹp, cũng tốt cả. Chỉ còn một điều mà nếu con làm được, ta sẽ mang ơn con suốt đời, đó là hãy đưa ba mươi cậu bé tới đây. Ta muốn dạy dỗ chúng".

(****) *Moghul là triều đại các vua Hồi giáo đã cai trị phần lớn lãnh thổ Ấn Độ trong thế kỷ 16 – 18.*

Khi bạn muốn trèo lên đỉnh núi cao nhất, bạn thấy mọi việc thật gian nan. Nhưng khi đã tới đỉnh và ngửa mặt ngắm mây trời, bạn sẽ thấy trong lòng tràn ngập niềm vui. Niềm vui đó sẽ luôn đến với bạn mỗi khi bạn đạt tới bất kỳ đỉnh cao sáng tạo nào.

"Tại sao cha mình lại thích dạy mấy đứa trẻ kia chứ?", Aurangzeb không thể tin được. Trước đây chưa bao giờ ông ấy có biểu lộ gì cho thấy ông có thiên hướng dạy học hay quan tâm đến bất kỳ hình thức giáo dục nào, chuyện gì đã xảy ra với ông? Nhưng Aurangzeb vẫn làm theo ý cha. Ba mươi cậu bé được gửi đến chỗ Shah Jehan và mọi chuyện diễn ra thật tốt đẹp – Shah Jehan lại trở thành hoàng đế với ba mươi đứa bé này. Ở trường tiểu học, người thầy gần như là một vị hoàng đế. Bạn ra lệnh cho chúng ngồi xuống, chúng ngồi xuống; bạn bảo chúng đứng lên, chúng đứng lên. Và Shah Jehan đã biến lớp học của mình cùng ba mươi cậu bé thành cả vương triều – tất cả là do thói quen cũ, thói "nghiện" thị uy, ra lệnh mà ra.

Aurangzeb ghi lại rằng:

"Chỉ vì những thói quen cũ mà phụ vương của tôi vẫn muốn giả vờ mình đang là một hoàng đế. Vậy nên cứ để ông ấy tự lừa dối mình, chẳng có gì là sai cả. Gửi cho ông ấy ba mươi hay ba trăm đứa trẻ cũng được, tùy ý ông. Cứ để ông cai quản một ngôi trường nhỏ và hạnh phúc với điều đó."

Hoạt động diễn ra khi hành động bạn làm không liên quan gì đến tình huống. Hãy tự quan sát mình mà xem, chín mươi phần trăm năng lượng của bạn bị tiêu phí vào những hoạt động. Chính vì điều này mà khi cần phải hành động, bạn không còn sức lực nữa. Người thảnh thơi không hề bị ám ảnh bởi điều gì. Anh ta bảo toàn được năng lượng của mình một cách tự nhiên; đến khi cần, anh sẽ

dành toàn tâm, toàn ý và toàn sức cho hành động. Đó là lý do vì sao hành động mang tính trọn vẹn trong khi hoạt động thì luôn thiếu sự hăng hái, tận tâm bởi dù sao đi nữa, bạn cũng đâu thể nào tự lừa dối mình quá trắng trợn như vậy! Ngay bản thân bạn cũng biết việc mình làm là vô dụng. Bạn làm thế chỉ vì những lý do nào đó thôi thúc từ bên trong, thậm chí chúng còn rất mờ mịt đối với bạn nữa là.

Người thảnh thơi không hề bị ám ảnh bởi điều gì. Anh ta bảo toàn được năng lượng của mình một cách tự nhiên; đến khi cần, anh sẽ dành toàn tâm, toàn ý và toàn sức cho hành động.

Bạn có thể thay đổi những hoạt động, nhưng chừng nào các hoạt động đó vẫn chưa thể chuyển thành hành động thì điều đó cũng chẳng ích gì. Mọi người cứ đến gặp tôi và bảo rằng: "Tôi muốn cai thuốc lá". Tôi hỏi lại: "Tại sao? Đây là hình thức thiền định siêu việt tuyệt vời mà, cứ tiếp tục đi!". Vì nếu bạn cai thuốc, bạn sẽ bắt tay vào một hoạt động khác ngay do bệnh tật không thể nào thuyên giảm nếu bạn chỉ điều trị các triệu chứng. Thay vì hút thuốc, có thể bạn sẽ chuyển sang cắn móng tay, nhai kẹo cao su hoặc làm những việc khác còn nguy hiểm hơn. Nếu dừng nhai kẹo cao su và cai thuốc lá, vậy bạn sẽ làm gì để bù lại? Miệng bạn cần được hoạt động. Thế là bạn sẽ nói – nói không ngừng – và điều đó còn nguy hiểm hơn!

Có một bà vợ đến gặp tôi. Hiếm khi cô ấy đến, nên vừa thấy cô xuất hiện thì tôi hiểu ngay hẳn vợ chồng cô đã xảy ra chuyện gì rồi. Bởi thế tôi liền hỏi: "Có chuyện gì vậy?". Phải mất đến ba mươi phút và hàng ngàn từ để cô ấy diễn tả mỗi một ý này: "Chồng tôi nói mớ trong lúc ngủ, theo thầy thì tôi nên làm gì đây? Anh ấy nói rất nhiều khiến tôi khó mà ngủ chung được. Anh ấy còn la hét và nói những lời tục tĩu nữa".

Tôi bèn bảo: "Chẳng cần làm gì cả. Cô chỉ cần cho anh ấy cơ hội để nói khi cả hai còn thức".

Thế đấy, mọi người cứ lải nhải miết, không cho người khác cơ hội để nói. Nói cũng giống như hút thuốc vậy. Bạn nói suốt hai mươi bốn tiếng đồng hồ... vậy mà vẫn không ngừng nói. Hễ mở mắt ra là nói, rồi khi cơ thể đã mệt mỏi, bạn ngủ thiếp đi nhưng vẫn tiếp tục nói. Suốt hai mươi bốn tiếng đồng hồ bạn không ngừng nói, nói và nói. Tình trạng này chẳng khác gì việc hút thuốc, bởi cả hai hiện tượng hoàn toàn giống nhau: cái miệng của bạn cần vận động. Sử dụng cái miệng là một hoạt động cơ bản, bởi đó là hoạt động bạn thực hiện ngay vừa lúc chào đời.

Khi mới chào đời, đứa bé bắt đầu bú mẹ – hoạt động cơ bản đầu tiên của con người. Hút thuốc cũng giống như việc bú mẹ vậy: những dòng sữa ấm áp tuôn chảy... những làn khói ấm tràn vào... Nếu không được phép hút thuốc thì bạn sẽ nhai kẹo cao su hoặc làm cái gì đó, rồi bạn cũng sẽ lại nói. Điều đó còn nguy hiểm hơn vì bạn đang vứt rác vào tâm trí người khác.

Liệu bạn có thể giữ im lặng trong một thời gian dài không? Các nhà tâm lý học nói rằng chỉ sau ba tuần câm lặng, chắc chắn bạn sẽ bắt đầu tự nói một mình. Bạn sẽ tự phân thân thành hai phe: một phe nói và một phe lắng nghe. Nếu bạn cố câm lặng trong ba tháng, chắc chắn bạn sẽ phải vào nhà thương điên vì khi đó bạn không còn bận tâm đến chuyện liệu có ai đang tồn tại xung quanh mình hay không nữa. Bạn sẽ nói, và không chỉ nói mà còn tự trả lời; do đó bạn không còn cần đến ai khác vì chỉ mình bạn thôi cũng đã đủ.

Người điên là người mà thế giới của họ chỉ gói gọn trong bản thân mình. Anh ta vừa là người nói, đồng thời cũng là người nghe; vừa là diễn viên, vừa là khán giả. Tóm lại anh ta là tất cả, một mình tự đóng nhiều vai khác nhau. Chính vì vậy mọi người sợ sự im lặng, bởi họ biết họ sẽ bị suy sụp tinh thần. Sợ sự im lặng có nghĩa là tâm trí bạn đang mắc bệnh, đang bị ám ảnh vì không ngừng đòi được hoạt động.

Hoạt động là một hình thức né tránh đối diện với chính mình. Bạn *hiện hữu* trọn vẹn trong hành động, nhưng lại chạy trốn khỏi bản thân khi hoạt động. Khi hoạt động, bạn quên hẳn bản thân, và khi đã quên bản thân thì bạn không còn lo âu, giận dữ hay căng thẳng gì nữa. Do vậy bạn cảm thấy cần phải hoạt động liên tục, phải làm cái này cái kia tuy chúng chẳng bao giờ thật sự hữu ích.

Hành động thì tốt cho bạn, còn hoạt động chỉ khiến bạn trở nên bệnh hoạn. Tự bạn hãy nhận ra sự khác biệt này – thế nào là hoạt động, còn thế nào là hành động? Đó là bước đầu tiên. Kế đến, hãy chú tâm vào hành động nhiều hơn để năng lượng trong bạn được chuyển thành hành động. Mỗi khi diễn ra một hoạt động nào đó, hãy chú ý đến nó nhiều hơn và giữ mình tỉnh táo hơn. Khi bạn ý thức, hoạt động sẽ chấm dứt và năng lượng được bảo toàn để chuyển thành hành động.

Hành động mang tính tức thời. Nó không có sẵn, và cũng chẳng thể nào được khuôn đúc sẵn. Nó không cho bạn cơ hội để chuẩn bị hay tập dợt trước. Hành động luôn mới như sương mai buổi sớm. Và người thiên về hành động luôn trẻ trung, tươi mới. Thân thể

họ có thể già đi nhưng tinh thần vẫn tươi trẻ. Thân thể dù chết đi nhưng tinh thần trẻ trung vẫn sống mãi.

Hãy bỏ bớt những hoạt động, càng nhiều càng tốt. Nhưng bằng cách nào? Để cho ý nghĩ đó ám ảnh bạn! Đây là cách mà những nhà tu hành áp dụng: biến ý nghĩ bỏ bớt hoạt động thành nỗi ám ảnh trong đầu họ. Họ liên tục làm mọi việc, như cầu nguyện, ngồi thiền, tập yoga... để không phải rơi vào hoạt động. Nhưng rồi chúng cũng trở thành hoạt động nốt. Do đó bạn không thể loại bỏ hoạt động bằng cách này, làm vậy chẳng khác nào "gió ra cửa trước, gió vào cửa sau".

Hãy luôn tỉnh táo cảm nhận sự khác biệt giữa hành động và hoạt động. Bị hoạt động chi phối chẳng khác nào bị ma ám. Quả thật hoạt động giống như là ma quỷ bởi nó đến từ quá khứ – nó đã chết rồi! Bạn cảm thấy bị thôi thúc đến phát sốt rằng *phải làm một điều gì đó.* Vì vậy hãy chú ý hơn nữa. Đấy, chỉ cần làm thế thôi. Hãy để mắt đến nó. Ngay cả khi buộc phải thực hiện một hoạt động nào, hãy làm với tất cả sự nhận biết của mình. Ví dụ, hãy hút thuốc thật chậm với sự nhận thức trọn vẹn để biết mình đang làm gì.

Làm được như vậy, một ngày nào đó bạn sẽ bỏ được thuốc vì bạn nhận ra sự vô nghĩa của nó. Bạn sẽ thấy đó là một việc làm ngu xuẩn. Với nhận thức ấy, điếu thuốc sẽ tự động rời tay bạn. Bạn không thể vứt nó đi vì đây cũng là một hoạt động. Vì vậy mà tôi nói rằng điếu thuốc sẽ tự động rời bỏ bạn, giống như lá khô lìa cành vậy. Còn nếu cứ cố ném đi, bạn sẽ lại nhặt nó lên.

Hãy để mọi thứ tự rời bỏ bạn chứ đừng vứt bỏ chúng. Hãy để hoạt động tự biến mất chứ đừng buộc nó phải biến mất, bởi mọi nỗ lực khiến nó mất đi lại chính là một hoạt động được biểu hiện dưới hình thức khác. Hãy quan sát một cách tỉnh táo và có ý thức, rồi một hiện tượng kỳ diệu sẽ diễn ra: khi điều gì đó tự mất đi, nó sẽ chẳng để lại dấu vết gì nơi bạn. Còn nếu ép buộc, vết sẹo sẽ hằn ghi. Chẳng hạn bạn khoe khoang rằng mình đã từng hút thuốc ba mươi năm và nay đã cai thuốc. Làm thế cũng chẳng có gì khác, bởi thay cho việc hút thuốc, bạn lại chuyển sang nói, nghĩa là miệng của bạn lại tiếp tục hoạt động.

Nếu một người thật sự hiểu rằng thói quen hút thuốc tự nó rời bỏ mình, anh ta sẽ không thể nào huênh hoang: "Tôi đã bỏ thuốc!". Tự thân việc hút thuốc rời bỏ bạn, chứ bạn không hề bỏ nó. Nghĩ vậy sẽ giúp cho cái tôi không lớn mạnh thêm. Khi đó, mỗi ngày bạn càng có thể thực hiện nhiều hành động hơn.

Vấn đề không phải là điều bạn làm mà là cách bạn làm. Và xét cho cùng thì vấn đề nằm ở chỗ bạn chủ định thực hiện nó hay cho phép nó xảy ra.

Và mỗi khi bạn có cơ hội để hành động trọn vẹn (với toàn tâm, toàn ý, toàn sức), đừng bỏ lỡ hay do dự mà hãy thực hiện ngay. Hãy hành động nhiều hơn và để cho hoạt động tự rời bỏ bạn. Bạn sẽ cảm nhận được những biến đổi ở bản thân ngay tức thì. Song, việc buông bỏ này cần có thời gian và thời cơ – không thể vội vàng được.

Hãy ngẫm những lời sau đây của Tilopa, nhà huyền môn đã mang các giáo huấn của Đức Phật từ Ấn Độ đến Tây Tạng:

"Đừng làm gì cả ngoài việc thư giãn; hãy ngậm chặt miệng lại và im lặng; hãy để cho tâm trí trống rỗng và không nghĩ ngợi đến điều gì hết."

"Đừng làm gì cả ngoài việc thư giãn...". Đến đây hẳn bạn đã hiểu thư giãn có nghĩa là gì. Thư giãn không có nghĩa là nằm ườn ra như kẻ chết rồi. Thư giãn là khi bạn không cảm thấy bị thôi thúc phải làm điều gì đó, năng lượng nội tại vẫn bảo toàn, không mất đi đâu cả. Đến khi tình huống xảy ra, bạn sẽ ra tay hành động. Vậy thôi, chứ bạn không cần viện cớ để hành động. Bạn cảm thấy thoải mái, thanh thản, không bị ràng buộc. Thư giãn cho bạn cảm giác như đang ở nhà.

Cảm giác thảnh thơi chỉ đến khi cuộc sống không còn tồn tại những "bị", "buộc", "phải"... Sự thảnh thơi, thư giãn không chỉ nằm ở thể xác hay tâm trí thôi, mà là trải khắp toàn thể con người bạn – thân, trí, tâm.

Mấy năm trước tôi có đọc một quyển sách với nhan đề là *You Must Relax (Bạn phải thư giãn).* Nghe thật buồn cười, vì đã thư giãn thì không thể nào "phải" được. "Phải" đồng nghĩa với hoạt động, nghĩa là tiềm ẩn nỗi ám ảnh nào đó. Trong cuộc sống lúc nào cũng có hành động diễn ra – không hề bị buộc có từ "phải"; vì nếu không, chính sự ép buộc ấy sẽ tạo ra sự điên rồ. Khi nói "Bạn phải thư giãn", lập tức việc thư giãn trở thành một nỗi ám ảnh trong tâm trí. Bạn PHẢI gò mình vào tư thế này tư thế kia, PHẢI nằm xuống, PHẢI nhắc nhở cơ thể bạn: "Thư giãn!", "Thả lỏng!"...

Tại sao lại "phải"? Cảm giác thảnh thơi chỉ đến khi cuộc sống không còn tồn tại những "bị", "buộc", "phải"... Sự thảnh thơi, thư giãn không chỉ nằm ở thể xác hay tâm trí thôi, mà là trải khắp

toàn thể con người bạn – thân, trí, tâm.

Do quá bận tâm vào hoạt động nên bạn cảm thấy mệt mỏi, kiệt sức và tê liệt. Trong bạn lúc đó chỉ toàn những khối chắn, khiến cho năng lượng sống không thể luân chuyển. Rồi mỗi khi bạn làm điều gì đó, bạn làm nó trong trạng thái điên cuồng. Dĩ nhiên khi đó nhu cầu thư giãn lại trỗi dậy! Chính vì thế mà hàng tháng có vô số quyển sách viết về sự thư giãn, thảnh thơi được xuất bản.

Tôi chưa từng thấy ai nhẹ nhõm, thư thái hơn sau khi đọc sách viết về phương pháp thư giãn mà ngược lại họ chỉ càng thêm cuồng nhiệt, bởi nỗi ám ảnh phải trở nên năng động vẫn còn. Tuy nằm đó, thả lỏng, làm theo chỉ dẫn trong sách "làm thế nào để thư giãn" nhưng trong lòng lại ngổn ngang, bấn loạn chẳng khác gì ngọn núi lửa đang chực phun trào.

Chẳng quyển sách nào có thể giúp bạn thư giãn trừ khi bạn đọc thấu được nội tâm mình, và khi đó thư giãn không còn là điều "phải" làm nữa. Thư giãn thật ra là trạng thái vắng bóng hoạt động, chứ không phải vắng bóng *hành động*. Bởi từ bỏ *hành động* tức là từ bỏ luôn cuộc đời. Khi đó bạn đã chết, chứ không còn là thư giãn.

Tôi chưa từng thấy ai nhẹ nhõm, thư thái hơn sau khi đọc sách viết về phương pháp thư giãn mà ngược lại họ chỉ càng thêm cuồng nhiệt, bởi nỗi ám ảnh phải trở nên năng động vẫn còn.

Đây là một ý hết sức tinh tế: nên bỏ bớt hoạt động chứ không phải từ bỏ hành động. Bỏ cả hai thì quá dễ dàng, bạn có thể vứt bỏ tất cả và trốn lên Himalayas mà ở ẩn. Hoặc ngược lại cũng không khó, nghĩa là bạn có thể tiếp tục những hoạt động và ép mình "phải" thư giãn lấy vài phút mỗi buổi sáng hoặc tối. Nếu thế, bạn đã không hiểu được tính phức tạp cũng như cơ chế hoạt động của tâm trí con người. Thư giãn là một trạng thái, do đó bạn không thể ép mình vào trạng thái này. Chỉ cần buông bỏ những tiêu cực, rào cản thì trạng thái ấy sẽ tự động đến với bạn.

Buổi tối bạn thường làm gì để đi vào giấc ngủ? Bạn có làm gì không? Nếu có thì nghĩa là bạn đã mắc chứng mất ngủ rồi đấy. Vậy bạn phải làm gì? Không cần làm gì cả, chỉ đơn giản nằm xuống và nhắm mắt ngủ. Chẳng cần "làm" gì hết. Vì nếu bạn "làm", bạn sẽ không thể ngủ được. Trên thực tế, để dễ đi vào giấc ngủ, bạn cần chấm dứt mọi hoạt động trong tâm trí. Chỉ có vậy thôi! Khi mọi hoạt động biến mất khỏi tâm trí, não của bạn sẽ thư giãn và dễ chìm vào giấc ngủ hơn. Còn nếu phải làm điều gì đó để

ngủ thì bạn sẽ chẳng tài nào ngủ yên.

"Đừng làm gì cả ngoài việc thư giãn...". Bạn chẳng cần phải gò mình theo một tư thế yoga nào hết. *"Đừng làm gì cả..."*, chỉ cần buông bỏ các hoạt động là đủ. Nhưng bạn thực hiện điều đó như thế nào? Chỉ cần bạn thấu hiểu. Phải, nguyên tắc duy nhất ở đây là thấu hiểu. Hãy thấu hiểu các hoạt động; và trong lúc hoạt động diễn ra, chỉ cần bạn nhận thức rõ thì hoạt động sẽ tự động dừng lại.

Khi thư giãn, năng lượng của bạn không di chuyển đi đâu cả, không đến tương lai và cũng chẳng về quá khứ, chỉ đơn giản đang hiện hữu cùng bạn. Bạn chìm trong bể năng lượng tĩnh lặng, ấm áp của chính mình. Mọi thứ như ngừng lại, thời gian như lắng đọng. Chỉ có khoảnh khắc hiện tại ngự trị. Còn nếu thời gian vẫn tiếp tục luân chuyển thì bạn vẫn chưa thư giãn được. Khoảnh khắc thư giãn hiện tại là tất cả. Bạn không đòi hỏi điều gì khác nữa mà chỉ tận hưởng. Đến những điều bình thường cũng trở nên thú vị và đẹp đẽ. Thật ra, chẳng có gì là bình thường – tất cả đều phi thường.

Mọi người vẫn hỏi tôi: "Thầy có tin vào Thượng đế không?". Tôi đáp: "Có chứ, vì mọi thứ đều phi thường nên làm sao lại không có Ý thức sâu sắc chứa đựng trong đó kia chứ?". Thử nghĩ đến những điều bình dị, nhỏ nhoi nhất... như khi bạn thả bước trên bãi cỏ lúc những hạt sương mai hãy còn chưa tan hết. Những ngọn cỏ mềm, những hạt sương mát lạnh, rồi làn gió sớm trong lành và ánh bình minh rực rỡ... Chỉ bấy nhiêu thôi cũng đủ làm bạn hạnh phúc rồi, có cần chi nữa? Hoặc bạn chỉ cần nằm xuống tấm trải giường mát mẻ, cảm nhận từng thớ vải và sự ấm dần lên của tấm vải, đắm mình trong màn đêm tĩnh lặng... Hãy nhắm mắt lại và cảm nhận về bản thân. Bạn cần gì nữa đây? Quá nhiều rồi – hãy biết ơn cuộc đời! Đó chính là thư giãn.

Thư giãn là một trạng thái, do đó bạn không thể ép mình vào trạng thái này. Chỉ cần buông bỏ những tiêu cực, rào cản thì trạng thái ấy sẽ tự động đến với bạn.

Như đã nói, sự thảnh thơi, thư giãn không chỉ nằm ở thể xác hay tâm trí, mà là trải khắp toàn thể con người bạn – thân, trí, tâm. Chính vì vậy mà các bậc giác ngộ thường khuyên rằng "Hãy đoạn diệt sự ham muốn" vì bạn sẽ không thể nào thư giãn nếu vẫn còn ham muốn, "Hãy chôn vùi quá khứ" vì bạn cũng không thể thư giãn nếu quá bận tâm đến những chuyện đã qua, và thay vào đó là "Hãy tận hưởng giây phút hiện tại". Như Chúa Jesus từng nói: "Hãy ngắm xem hoa huệ ngoài đồng mọc lên thế nào mà rút ra bài

học: chúng không làm lụng, không kéo sợi; thế mà, Thầy bảo cho anh em biết: ngay cả vua Solomon, dù vinh hoa tột bậc cũng không mặc đẹp bằng bông hoa ấy."(*****)

(*****) *Kinh Tân ước, Matthew (6:28, 29)*

Năng lượng vốn tích cực, đầy sôi nổi và thiêng liêng. Khi năng lượng được thể hiện ra bên ngoài, con người sẽ trở nên sáng tạo, thông minh và tinh nhạy hơn, có thể mang đến những điều tốt đẹp.

Đức Chúa Jesus đang nói gì? Ngài bảo rằng hãy thư giãn! Bạn không cần phải quần quật suốt, bởi trong thực tế mọi thứ đều đã được cung cấp, tạo lập sẵn. Ngài bảo: "Hãy xem chim trời: chúng không gieo, không gặt, không thu tích vào kho; thế mà Cha anh em trên trời vẫn nuôi chúng... Vì thế anh em đừng lo lắng tự hỏi: ta sẽ ăn gì, uống gì hay mặc gì đây?... Cha anh em trên trời thừa biết anh em cần tất cả những thứ đó."(******). Sự thư giãn nằm ở chỗ đó. Tại sao bạn phải lo lắng quá nhiều về tương lai? Hãy nghĩ đến những bông hoa kia, ngắm nhìn chúng và sống như chúng để thấy thảnh thơi, an nhiên tự tại. Thư giãn không phải là một tư thế mà là cả một sự chuyển hóa năng lượng toàn diện.

(******) *Kinh Tân ước, Matthew (6:26, 32)*

Có hai dạng năng lượng. Một dạng là có động cơ rõ rệt, nhắm hẳn đến mục tiêu nào đó. Khoảnh khắc hiện tại chỉ là một bước trung gian để giúp đạt được mục tiêu. Đây là dạng năng lượng thiên về hoạt động, có tính hướng đích và xem mọi thứ xung quanh đều là phương tiện. Bạn chỉ nghỉ ngơi sau khi hoàn thành xong nhiệm vụ. Tuy nhiên, với dạng năng lượng này, bạn sẽ không bao giờ chạm đến mục tiêu bởi vì nó sẽ biến mọi khoảnh khắc hiện tại thành phương tiện để đạt được điều gì đó trong tương lai. Bạn sẽ thấy mục tiêu lúc nào cũng ở tít tắp phía chân trời, còn bản thân mình cứ ra sức đuổi theo mà chẳng thể rút ngắn khoảng cách ấy.

Năng lượng cần được sử dụng, bằng không nó sẽ khiến bạn bồn chồn, bất an. Năng lượng cũng cần được bộc lộ, cần được tận dụng để phát huy sức sáng tạo, bằng không nó sẽ sớm sinh ra bệnh.

Còn dạng năng lượng kia thì ngược lại – chỉ thuần túy mang tính tận hưởng và hoàn toàn vô tư, không có động cơ. Mục tiêu là ở ngay đây, trong hiện tại chứ không ở đâu khác. Thực sự *bạn* chính là mục tiêu ấy. Và không gì trọn vẹn hơn khoảnh khắc này – Hãy ngắm xem hoa huệ ngoài đồng mọc lên thế nào! Khi *bạn* đã là mục tiêu và mục tiêu không nằm ở tương lai xa xôi, nghĩa là khi chẳng

còn gì cần phải đạt đến nữa mà thay vào đó chỉ hân hoan tận hưởng cuộc sống thì đấy là lúc bạn tìm thấy sự thảnh thơi, thư thái.

Theo đó thì cũng có hai dạng người: người luôn tìm kiếm mục tiêu và người hân hoan đón nhận hiện tại. Dạng người thứ nhất là những kẻ điên rồ. Tự thân họ tạo ra sự rồ dại ấy. Rồi họ càng lúc càng lún sâu hơn, cho đến khi hoàn toàn đánh mất chính mình. Dạng người thứ hai thì ngược lại, họ không tìm kiếm mà luôn tận hưởng hiện tại.

Hãy tận hưởng và không ngừng tận hưởng giây phút hiện tại! Hãy là dạng người thứ hai! Quanh bạn đã có rất nhiều thứ rồi, bạn không thấy sao? Hoa cỏ tươi thắm, chim muông ca hót, nắng vàng rực rỡ. Hãy tận hưởng đi! Bạn đang hít thở, đang sống và nhận thức đầy đủ, vậy hãy đón mừng điều đó! Rồi bạn sẽ cảm thấy thư thái, không còn căng thẳng, tức giận nữa. Khối năng lượng dành cho cơn giận sẽ chuyển thành lòng biết ơn. Trái tim bạn sẽ rung lên những nhịp tri ân sâu sắc, và đây cũng chính là lời cầu nguyện chân thành nhất.

"Đừng làm gì cả ngoài việc thư giãn...". Bạn không cần làm gì hết mà chỉ cần hiểu sự chuyển động của năng lượng. Năng lượng luôn luân chuyển, nhưng không nhắm đến một mục tiêu nào. Năng lượng cứ thong dong tuôn chảy, giống như bản chất nhiệt tình, sôi nổi của nó. Năng lượng chuyển động không phải để đi đến một mục tiêu nào mà chỉ vì nó đang tràn trề – phải lan tỏa, phải cho đi ngay!

Thấy đứa bé đang nhảy nhót và chạy chơi quanh nhà, bạn liền hỏi: "Con đang chạy đi đâu đấy?". Nghe vậy, đứa bé sẽ nghĩ bạn thật ngớ ngẩn vì nó có chạy đi đâu đâu? Trong mắt trẻ con, người lớn lúc nào cũng thật ngớ ngẩn. Hết sức vớ vẩn khi hỏi: "Con đang chạy đi đâu đấy?", bởi tại sao phải chạy đi đâu đó kia chứ? Đứa trẻ sẽ không thể trả lời câu hỏi của bạn. Nó chẳng chạy đi đâu hết. Nó nhún vai đáp: "Con có đi đâu đâu". Nghe vậy, người thuộc dạng tìm kiếm mục tiêu sẽ ngạc nhiên: "Vậy sao con lại chạy?", vì chúng ta cứ nghĩ mình chỉ chạy khi cần đến đâu đó.

Thật sự bạn chẳng cần đi đâu cả. Mọi thứ đã có ở ngay đây, ngay lúc này. Khoảnh khắc này đã là tột đỉnh của sự tồn tại, đã quy tụ tất cả mọi thứ rồi. Đứa trẻ đang tận hưởng năng lượng sống của mình. Sao mà nó giàu đến thế kia chứ! Nó chạy giỡn một cách vô tư, chẳng nghĩ ngợi gì đến mục tiêu, chỉ vì nguồn năng lượng trong nó tràn trề đến nỗi nó phải chạy chơi, phải tận hưởng.

Hành động một cách vô tư là biểu hiện của sự tràn trề năng lượng. Hãy chia sẻ chứ đừng đổi chác hay mặc cả gì. Bạn cho chỉ vì bạn có và đừng cho với thái độ mong cầu được nhận lại điều gì vì nếu không, bạn sẽ đau khổ. Địa ngục sẽ dành cho những kẻ ưa buôn bán, đổi chác; còn thiên đường chỉ dành cho những người vô tư vui đón và tận hưởng cuộc sống.

Hàng thế kỷ nay con người cứ thắc mắc mãi một điều: "Những thiên thần làm gì trên thiên đường?". Đặc biệt những ai lúc nào cũng đau đáu tìm kiếm mục đích thì càng thắc mắc nhiều hơn. Nhưng trên thiên đường có gì để làm đâu. Có người hỏi nhà thần học người Đức, Meister Eckhart, rằng: "Thiên thần làm gì trên thiên đường vậy?". Ông đáp: "Sao mà anh ngốc thế? Thiên đường là nơi tận hưởng, vui chơi. Ở đó không phải làm gì hết. Họ chỉ việc tận hưởng mọi thứ, tận hưởng sự tráng lệ, rực rỡ, thi vị và vẻ đẹp của cây cỏ, hoa lá. Họ ca hát, nhảy múa và vui chơi. Thế thôi!". Nhưng tôi nghĩ có lẽ người ấy không thỏa mãn với câu trả lời của Meister Eckhart bởi đối với đa số người, một việc làm chỉ có ý nghĩa khi nó tạo ra *điều gì đó,* dẫn đến *mục tiêu nào đó.*

Bạn hãy nhớ rằng hoạt động thường nhắm đến mục đích, trong khi hành động thì không. Hành động luôn tràn trề năng lượng, thuộc về hiện tại và là sự đáp ứng ngẫu nhiên, không hề được chuẩn bị hay tập dợt trước. *Hiện hữu* đến gặp bạn, tương giao với bạn và bạn tự động hồi đáp lại. Như khi nghe những con chim hót líu lo thì bạn cũng bắt đầu cất giọng hát. Mọi sự diễn ra hết sức ngẫu nhiên. Ngẫu nhiên chim hót, rồi bạn chợt nhận ra mình đã ngân nga từ lúc nào. Đó chính là hành động.

Hành động một cách vô tư là biểu hiện của sự tràn trề năng lượng.
Hãy chia sẻ chứ đừng đổi chác hay mặc cả gì.

Bạn càng hành động nhiều thay cho hoạt động, cuộc sống của bạn sẽ thay đổi. Khi đó, bạn tuy "làm" nhưng vẫn luôn cảm thấy thảnh thơi.

Bậc giác ngộ không bao giờ mệt mỏi. Vì sao lại thế? Bởi họ không "làm" gì hết. Họ chỉ để tất cả những gì mình có từ bên trong tuôn trào một cách tự nhiên.

"Đừng làm gì cả ngoài việc thư giãn; hãy ngậm chặt miệng lại và im lặng". Cái miệng có vai trò rất quan trọng, bởi nó là nơi khởi nguồn cho những hoạt động đầu tiên – hít thở, khóc, tìm vú mẹ. Chính vì thế nên Tilopa đề nghị: *"Hãy thấu hiểu hoạt động, hành động, thư giãn và… ngậm chặt miệng lại".*

Mỗi khi ngồi thiền hay bất cứ khi nào muốn chìm vào tĩnh lặng, việc đầu tiên bạn cần làm là ngậm miệng lại hoàn toàn. Ngậm miệng lại chẳng có gì là khó. Bạn ngồi im như tượng nhưng điều đó không có nghĩa là các hoạt động hoàn toàn dừng lại. Tâm trí vẫn không ngừng suy nghĩ, khiến cho đôi môi bạn rung rung.

Bậc giác ngộ không bao giờ mệt mỏi. Vì sao lại thế? Bởi họ không "làm" gì hết. Họ chỉ để tất cả những gì mình có tuôn trào một cách tự nhiên.

Nhưng khi bạn thư giãn thật sự, những rung động đó sẽ chấm dứt. Bạn hoàn toàn im lặng, không còn hoạt động nào diễn ra. Vì vậy, *"...hãy ngậm chặt miệng lại và im lặng"*, đừng suy nghĩ chi nữa.

Ý nghĩ đến rồi đi. Cứ để chúng đến rồi đi như thế, chẳng sao cả. Không cần dính dấp đến chúng. Bạn chỉ cần quan sát tách rời. Hãy ngậm chặt miệng và giữ im lặng. Dần dà, ý nghĩ sẽ tự động ngớt lại bởi chúng chỉ tồn tại khi có sự giúp đỡ của bạn. Nếu bạn cộng tác với chúng, chúng sẽ hiện diện; nếu bạn cưỡng lại, chúng cũng sẽ xuất hiện bởi trong cả hai trường hợp bạn đều thể hiện sự quan tâm đến chúng, cho dù đó là hỗ trợ hay chống đối. Cả hai đều là những biểu hiện khác nhau của hoạt động, do vậy chỉ cần quan sát là đủ.

Ngậm chặt miệng rất có ích.

Trước tiên, như đã từng quan sát ở nhiều người, tôi đề nghị bạn hãy ngáp. Hãy mở miệng càng rộng càng tốt và ngáp thật to cho đến khi bạn bắt đầu cảm thấy đau cả quai hàm. Làm như thế khoảng hai, ba lần – làm vậy sẽ giúp bạn im lặng được lâu hơn. Tiếp theo, hãy nói vớ vẩn thật to chừng hai, ba phút. Nói to thành lời bất cứ ý nghĩ nào xuất hiện trong đầu. Rồi sau đó im lặng.

Thường sẽ dễ hơn nếu chúng ta làm điều ngược lại. Ví dụ, nếu bạn muốn thư giãn bàn tay, trước tiên hãy nắm chặt tay lại, càng chặt càng tốt, rồi thả lỏng. Bạn sẽ cảm thấy thật sự thư giãn. Hãy vặn vẹo thân người, cử động mặt, ngáp hoặc nói vớ vẩn vài ba phút, sau đó ngậm miệng lại. Việc căng cơ như vậy sẽ giúp thư giãn sâu hơn ở môi và miệng. Hãy ngậm chặt miệng và quan sát. Chẳng mấy chốc bạn sẽ cảm nhận được sự tĩnh lặng bao trùm.

Có hai dạng tĩnh lặng. Một là dạng tĩnh lặng áp đặt, nhưng làm vậy thật chẳng hay ho gì bởi bạn đang cưỡng ép tâm trí mình. Còn với dạng thứ hai, sự tĩnh lặng sẽ tự bao trùm lấy bạn, cũng giống

như màn đêm phủ xuống vậy. Sự tĩnh lặng đến với bạn và ôm ấp bạn. Bạn chỉ làm mỗi việc là tạo điều kiện cho nó đến với mình, đón nhận nó, và thế là nó đến. Hãy lặng thinh quan sát. Nhưng cũng đừng cố lặng thinh vì nếu làm thế, bạn cũng chỉ ép mình được vài ba giây. Việc này hoàn toàn không có giá trị gì bởi trong lòng bạn vẫn đang sôi sục. Do vậy đừng cố lặng thinh. Bạn chỉ cần làm đất, gieo hạt, rồi chờ đợi.

"Hãy để cho tâm trí trống rỗng và không nghĩ ngợi đến điều gì hết."

Nhưng làm sao để rũ bỏ mọi ý nghĩ trong tâm trí đây? Khi ý nghĩ đến, chỉ cần quan sát chúng. Và nhớ là hãy quan sát một cách thụ động (khách quan, tách rời, bình thản) chứ không phải chủ động (quyết liệt, vướng chấp)!

Tại sao lại như vậy? Giữa hai điều này có gì khác biệt kia chứ?

Ví dụ như bạn đang chờ người yêu, bất chợt có người đi ngang qua cửa, ngay tức thì bạn chồm lên để xem có phải cô ấy đã đến; hoặc chỉ cần nghe thấy tiếng lá xào xạc trong gió thôi cũng đã khiến bạn nao nao. Thế là bạn đứng ngồi không yên, tâm trí lao xao. Điều đó chẳng có ích chi. Bởi nếu bạn quá hồi hộp, bạn sẽ chẳng thể nào chìm vào tĩnh lặng.

Như khi bạn ngồi cạnh bờ sông bình thản nhìn dòng nước lững lờ trôi, không cần phải háo hức, khẩn cấp hay hối thúc gì. Chẳng ai thúc giục bạn. Bạn chỉ cần quan sát, nhìn ngắm là đủ – nhìn mà không cần phải làm gì. Hãy thản nhiên ngắm nhìn nước chảy, mây trôi. Cái ý nghĩ "Phải làm một điều gì đó" sẽ luôn ám ảnh bạn, thúc giục bạn và biến bạn thành kẻ mong chờ, ngóng trông, nghĩa là đang trong tư thế chủ động. Khi đó, bạn sẽ bỏ lỡ tất cả; rồi hoạt động lại chiếm ngự con người bạn. Hãy là một người quan sát thụ động, khách quan, tách rời. *Hãy để cho tâm trí trống rỗng và không nghĩ ngợi đến điều gì hết!*

Sự bình thản, khách quan này sẽ tự động làm cho đầu óc bạn trống rỗng. Những gợn sóng của hoạt động, của năng lượng tâm trí dần lắng xuống và toàn thể bề mặt ý thức sẽ trở nên phẳng lặng như mặt gương.

Theo Tilopa thì:

"Toàn thân bạn như là một ống tre rỗng."

Mỗi bậc thầy đều có phương pháp đặc biệt riêng không chỉ giúp mình mà còn có thể giúp người khác đạt thành. Và đây là một

trong những phương pháp đặc biệt của Tilopa: *Toàn thân bạn như là một ống tre rỗng.*

Khi bạn nghỉ ngơi, bạn có cảm giác mình giống như là một ống tre rỗng. Quả thực như vậy: cơ thể bạn chẳng khác nào một ống tre hoàn toàn rỗng ruột. Da, xương và máu đều là những thành phần bao ngoài của ống tre, còn bên trong là không gian trống rỗng.

Khi bạn ngồi im lặng, bất hoạt, không một ý nghĩ náo động trong tâm trí (quan sát một cách bình thản mà không chờ đợi điều gì), bạn giống như ống tre rỗng. Thế rồi bỗng nhiên một nguồn năng lượng vô hạn bắt đầu được rót vào bạn. Bạn được đổ đầy những điều thiêng liêng, huyền nhiệm chưa từng biết đến. Ống tre rỗng bỗng hóa thành cây sáo và điều thiêng liêng ấy bắt đầu diễn tấu. Một khi bạn trống rỗng, sẽ không còn rào cản ngăn trở những điều thiêng liêng đi vào bạn.

Bạn hãy thử đi – thiền trong trạng thái xem mình là ống tre rỗng – bởi đây là một trong những cách thiền hay nhất, đẹp nhất. Bạn không cần làm thêm gì nữa. Chỉ cần trở thành điều tôi vừa nói là đủ, rồi mọi thứ khác sẽ tự đến. Đột nhiên bạn cảm thấy dường như có gì đó đang tuôn đổ vào khoảng rỗng này. Bạn giống như một cái ổ bụng và một mầm sống mới đang được gieo trong bạn. Khoảnh khắc thảnh thơi, an nhiên tự tại sẽ đến khi cả cây tre hoàn toàn biến mất.

"*Toàn thân bạn như là một ống tre rỗng*". Hãy bình thản, buông xả – ngay cả không tham đắm, mơ cầu những điều tâm linh, thiên đường, thậm chí cũng đừng khát khao tìm được Thượng đế. Vì Thượng đế không phải là đối tượng cứ khát khao là tìm thấy, ngay lúc bạn không còn khát khao nữa thì Người sẽ tự động đến với bạn. Bạn cũng không thể khát khao tự do, bởi khát khao vốn là một kiểu ràng buộc. Lúc ít mong cầu nhất chính là lúc bạn tự do nhất. Bạn không thể khát khao trở thành một bậc giác ngộ như Đức Phật, bởi khát khao là một trở lực. Khi mọi rào cản mất đi thì tự động Phật tánh sẽ khởi sinh trong bạn. Trong bạn đã có sẵn hạt giống. Khi tâm trí bạn trống rỗng, nghĩa là có không gian, hạt giống ấy sẽ nảy mầm.

Tilopa nói rằng:

"*Toàn thân bạn như là một ống tre rỗng. Không cho và cũng không nhận gì cả, hãy để tâm trí bạn chìm trong an nhiên tự tại.*"

Chẳng có gì để cho đi, và cũng chẳng có gì để nhận lại. Mọi thứ tự

thân nó đã ổn thỏa rồi. Bản thân bạn đã hoàn hảo lắm rồi!

Giáo huấn phương Đông này đã bị hiểu lầm ở phương Tây, bởi họ nói: "Lời dạy kiểu gì thế nhỉ? Như thế thì làm sao con người còn ý chí phấn đấu nữa? Họ sẽ chẳng thể nào vươn cao hơn trong cuộc sống. Họ sẽ không nỗ lực để thay đổi bản thân hay tu tâm sửa tính. Và họ có thể sẽ trở thành nạn nhân của cái ác". Trong khi đó, khẩu hiệu của người phương Tây là "Phải không ngừng hoàn thiện mình". Lúc nào họ cũng bận bịu với câu hỏi "Làm thế nào để hoàn thiện bản thân? Làm thế nào để trở nên vĩ đại hơn?".

Tuy nhiên, chính nỗ lực "trở thành một điều gì đó" là rào cản đối với bạn. Bạn không cần phải trở thành bất cứ điều gì, tất cả những gì bạn cần là nhận biết mình là ai. Bạn chỉ cần nhận biết con người đang ẩn náu bên trong mình là đủ. Còn hoàn thiện bản thân, dẫu là cải thiện điều gì đi nữa, thì cũng sẽ khiến bạn lâm vào tình trạng lo âu, đau khổ vì mỗi nỗ lực để hoàn thiện bản thân đều dẫn bạn đi sai đường.

Chính nỗ lực "trở thành một điều gì đó" là rào cản đối với bạn. Bạn không cần phải trở thành bất cứ điều gì, tất cả những gì bạn cần là nhận biết mình là ai. Bạn chỉ cần nhận biết con người đang ẩn náu bên trong mình là đủ.

Làm vậy thì tương lai mới có ý nghĩa, mục tiêu mới có ý nghĩa, lý tưởng mới cao đẹp! Nhưng khi đó tâm trí bạn sẽ không ngừng mong cầu.

Mong cầu chỉ khiến bạn bỏ lỡ nhiều thứ. Hãy lắng xuống, hãy trở thành mặt hồ bình lặng, không còn tham đắm; và rồi bạn sẽ ngạc nhiên nhận thấy tâm hồn mình thật thảnh thơi. Bạn sẽ có thể cười vang giống như Bồ Đề Đạt Ma. Những đệ tử của Ngài bảo rằng khi bạn tĩnh lặng, bạn có thể nghe thấy những tràng cười ấy của Ngài. Cho đến bây giờ Ngài vẫn còn đang cười. Ngài cười rằng: "Thật nực cười! Anh đã là chính con người mình muốn trở thành rồi còn gì! Anh gặp thất bại là cái chắc! Làm sao anh có thể trở thành cái con người mà anh đã và hiện đang tồn tại kia chứ?". Vì thế Bồ Đề Đạt Ma đã cười.

Tương tự như vậy, Tilopa nói:

"Không cho và cũng không nhận gì cả, hãy để tâm trí bạn chìm trong an nhiên tự tại. Bí quyết của phương pháp thiền Đại Thủ ấn(*******) chính là giữ cho tâm trí không vướng vất vào bất cứ điều gì."

(*******) Đại Thủ ấn (Mahamudra) là một phép thiền quán sát nội tâm

nhằm loại trừ tất cả những ảo tưởng.

Khi không còn bám víu vào bất cứ điều gì, bạn sẽ có được nhiều thứ.

"Bí quyết của phương pháp thiền Đại Thủ ấn chính là giữ cho tâm trí không vướng vất vào bất cứ điều gì. Hãy thực hành đi, rồi bạn sẽ giác ngộ thành Phật vào đúng thời điểm."

Thế bạn cần thực hành điều gì?

Hãy sống an nhiên tự tại.

Hãy chú ý đến giây phút hiện tại nhiều hơn.

Hành động nhiều hơn và bỏ bớt các hoạt động.

Trở nên vô ngã, không vướng chấp và "rỗng" (như ống tre).

Quan sát nhiều hơn – quan sát khách quan và không mong đợi, khát khao điều gì.

Hạnh phúc với con người hiện tại của bạn.

Hân hoan tận hưởng cuộc sống.

Rồi đến lúc chín muồi, bạn sẽ thăng hoa thành một vị Phật.

HÀI HÒA VỚI TỰ NHIÊN

Sáng tạo là một trạng thái rất trái ngược với ý thức và sự hiện hữu. Đấy chính là *hành động thông qua phi hành động* hay theo cách gọi của Lão Tử là *"vi vô vi"*, nghĩa là *để cho* điều gì đó diễn ra thông qua bạn. Đây không phải là một *việc làm* (mang tính chủ ý) mà là *sự cho phép* (mang tính khách quan). Bạn trở thành một con đường thông suốt, một ống tre rỗng, để cái Toàn thể tuôn tràn qua bạn.

Chỉ cần cho Người một lối mòn, Người sẽ đến với bạn. Đó cũng là bản chất của sự sáng tạo, tức là để cho Chân lý hiển lộ. Vì vậy, sáng tạo là một trạng thái hòa hợp với quy luật Vũ trụ(********).

(********) *Nguyên văn: religious state. Theo tiếng Phạn, dharma có nghĩa là lối sống (way of living) hay Đạo – duy trì sự ổn định và hòa hợp với Vũ trụ, với các nguyên lý tự nhiên. Dharma thường được dịch thành tôn giáo (religion).*

Càng suy nghĩ thì bạn càng trở nên giống như vậy. Cái tôi chẳng qua chỉ là những suy nghĩ bạn đã tích lũy trong quá khứ. Khi bạn - tiểu ngã - không còn hiện hữu nữa thì Thượng đế sẽ hiện hữu, và khi đó sáng tạo diễn ra.

Chính vì thế mà nhà thơ gần với Thượng đế hơn là nhà thần học. Vũ công thậm chí còn gần với Người hơn nữa. Trong khi đó, triết gia là cách xa Thượng Đế nhất, bởi càng suy nghĩ nhiều thì bạn càng làm cho bức tường ngăn cách giữa bạn (tiểu ngã) với Toàn thể (Đại Ngã) dày hơn. Càng suy nghĩ thì bạn càng trở nên giống như vậy. Cái tôi chẳng qua chỉ là những suy nghĩ bạn đã tích lũy trong quá khứ. Khi bạn - tiểu ngã - không còn hiện hữu nữa thì Thượng đế sẽ hiện hữu, và khi đó sáng tạo diễn ra.

Sự sáng tạo sẽ đến khi bạn ở trong trạng thái hoàn toàn thư thái, nhưng thế không có nghĩa là cứ thừ người ra, chẳng làm gì hết. Chỉ cần thư giãn, rồi chính sự thảnh thơi, an nhiên tự tại ấy sẽ dẫn

dắt cơ thể hành động. Đó không còn là hành động chủ ý của bạn nữa. Giờ đây bạn là một cỗ xe chuyển động dưới sự điều khiển của trạng thái ung dung tĩnh tại. Một nhạc phẩm sẽ *qua* bạn để ra đời – bạn không phải là người sáng tác, mà nó đến từ một cội nguồn siêu vượt nào đó, lúc nào cũng vậy. Khi *bạn* sáng tác một bài hát, nó sẽ chỉ là một bài hát bình thường, trần tục. Còn khi bài hát tự đến *qua* bạn, nó sẽ trở thành tuyệt phẩm, được thổi vào những điều mà ta chưa từng hay biết.

Khi nhà thơ Coleridge(*******) nổi tiếng qua đời, ông đã để lại hàng ngàn bài thơ dở dang. Lúc sinh thời, nhiều lần người ta hỏi ông rằng: "Tại sao ông không viết cho xong những bài thơ ấy đi?", bởi một số bài chỉ còn thiếu có một hoặc hai dòng mà thôi.

(*******) *Samuel Taylor Coleridge (1772 – 1834): nhà thơ, nhà phê bình và nhà triết học người Anh.*

Đáp lại, ông bảo: "Tôi không thể. Khi tôi cố hoàn tất chúng thì lại có điều gì đó thiếu sót, điều gì đó không đúng xảy ra. Ngôn từ không thể nào bắt nhịp được với nguồn thơ đến thông qua tôi. Cứ như có một tảng đá, một rào cản nào đó chặn dòng thơ tuôn chảy. Cho nên tôi phải đợi. Chỉ khi nào mạch thơ tự tuôn trào và hoàn tất bài thơ thì nó mới hoàn thành".

Suốt cả đời, Coleridge chỉ hoàn tất được có vài bài thơ nhưng đó đều là những tác phẩm siêu mỹ. Bao giờ cũng vậy, khi nhà thơ biến mất, sự sáng tạo sẽ xuất hiện. Khi đó anh ta hoàn toàn *được* chiếm hữu. Và khi nào bạn *được* Thượng đế hay Toàn thể chiếm hữu, khi đó sự sáng tạo sẽ xuất hiện.

Simone de Beauvoir(*******) từng nói: "Sống là một quá trình vừa duy trì, vừa phát triển vượt trội hơn. Nếu chỉ dừng lại ở mức duy trì, sống như vậy là cầm cự, là cố để không chết.". Như vậy, người nào không có tính sáng tạo thì chỉ là đang sống dở. Cuộc sống của anh ta không có chiều sâu, không phải là một cuộc sống thật sự mà chỉ là một lời giới thiệu, bởi quyển sách cuộc đời anh ta vẫn chưa bắt đầu. Đúng là anh ta được sinh ra nhưng không thật sự sống.

(*******) *Simone de Beauvoir (1908 – 1986): nữ văn sĩ, triết gia, nhà hoạt động chính trị, nhà lý luận xã hội và phụ nữ học người Pháp.*

Tất cả chúng ta đều được Tạo hóa ban cho một nguồn năng lượng sáng tạo. Năng lượng này chỉ trở nên tiêu cực khi bị cản trở, khi luồng chảy tự nhiên bị ngăn trở.

Khi bạn trở nên sáng tạo, khi bạn để cho sự sáng tạo đến với mình, khi bạn bắt đầu hát bài hát không phải của chính mình thì cuộc sống sẽ cất cánh và thăng hoa. Trong sáng tạo có sự vượt lên, bằng không thì nhiều lắm chúng ta cũng chỉ có thể duy trì cuộc sống hiện tại mà thôi. Bạn sinh ra một đứa trẻ, đó không phải là sự sáng tạo. Bởi bạn sẽ qua đời, còn đứa bé sẽ ở lại và tiếp tục cuộc sống của nó. Nhưng duy trì cuộc sống thôi thì vẫn chưa đủ, trừ khi bạn bắt đầu vượt lên chính mình; và khả năng này chỉ diễn ra khi *điều gì đó* siêu vượt đến tiếp cận với bạn.

Hãy hành động hài hòa với quy luật tự nhiên, đây là bức thông điệp mà tất cả những nhà huyền môn vĩ đại như Lão Tử, Phật Thích Ca... đều nhắc đến. Loài vật hành động hòa hợp với tự nhiên một cách vô thức, trong khi con người phải chú tâm mới làm được điều đó. Bởi vì con người có ý thức nên họ có thể *lựa chọn* hành động không hài hòa với tự nhiên – quả là một trọng trách!

Con người, và duy chỉ có con người, mới có trách nhiệm, đó là sự vĩ đại của con người. Chẳng con vật nào phải sống có trách nhiệm, chúng hành động hài hòa với tự nhiên nên chẳng có chuyện lầm đường lạc lối. Loài vật không thể lạc lối vì chúng không có ý thức. Chúng hoạt động cũng giống như cách cơ thể bạn vận hành trong lúc ngủ say.

Khi ngủ say, bạn cũng ở trong trạng thái hài hòa với tự nhiên. Chính vì thế bạn luôn cảm thấy khỏe khoắn, thư giãn sau một giấc ngủ sâu. Nhờ tiếp xúc với cội nguồn sức mạnh trong lúc ngủ, mọi bụi trần, mệt mỏi và chán nản đều tan biến.

Nhưng đó chỉ là cách tiếp xúc với cội nguồn sức mạnh theo kiểu của loài vật – thông qua giấc ngủ. Loài vật kết nối với cội nguồn theo chiều ngang (tư thế ngủ), còn con người thì kết nối theo chiều đứng. Để ngủ ngon giấc, bạn phải nằm xuống chứ không thể ngủ đứng. Trong tư thế nằm ngang, song song với mặt đất, bạn sẽ bắt đầu buông trôi ý thức và không còn gánh vác trách nhiệm gì.

Do đó Sigmund Freud(********) đã chọn chiếc ghế trường kỷ cho bệnh nhân. Ông làm thế không phải để bệnh nhân cảm thấy thoải mái mà là có chiến lược hẳn hoi. Một khi đã nằm xuống, anh ta sẽ bắt đầu buông bỏ mọi trách nhiệm. Bệnh nhân sẽ không tự thốt ra những điều vô thức trừ phi anh ta cảm thấy được tự do, thoải mái để nói mọi điều. Trong tư thế đứng, nghĩa là vẫn tỉnh thức và vẫn còn trách nhiệm, anh ta sẽ không ngừng suy xét xem mình có nên

bộc bạch hay không. Nhưng khi đã nằm trên ghế trường kỷ, còn nhà phân tâm học thì ngồi phía sau, đột nhiên bệnh nhân không còn cảm thấy trách nhiệm gì nữa. Anh ta bắt đầu tuôn tràn những điều chưa từng tiết lộ với bất kỳ ai. Anh ta nói những điều xuất phát từ sâu trong vô thức – vô thức bắt đầu trỗi dậy.

(*******) *Sigmund Schlomo Freud (1856 – 1939): bác sĩ về thần kinh và tâm lý người Áo. Ông được xem là người đặt nền móng và phát triển lĩnh vực phân tâm học.*

Một khi không còn cảm thấy vướng bận trách nhiệm, bạn sẽ trở về với trạng thái tự nhiên. Phương pháp trị liệu tâm lý này mang lại lợi ích rất lớn, nó giúp bạn tìm về cảm giác thư thái. Tất cả những gì bạn dồn nén bấy lâu sẽ trồi lên, rồi tan biến. Liệu pháp phân tâm học giúp bạn cảm thấy nhẹ nhàng hơn, tự nhiên hơn và hòa hợp với tự nhiên, với chính mình. Khi đó, bạn sẽ cảm nhận được ý nghĩa của sự khỏe mạnh.

Nhưng đây là hình thức đi lùi, tức là thoái lui. Có một cách khác sẽ giúp bạn vượt lên. Cách đó không phải của Sigmund Freud mà là của Đức Phật. Bạn có thể vượt lên chính mình bằng cách tiếp xúc có ý thức với tự nhiên.

Hãy sống hài hòa với tự nhiên, với nhịp điệu của Vũ trụ bởi đó chính là tinh hoa của sự thông thái. Mỗi khi bạn hòa hợp với nhịp điệu tự nhiên của Vũ trụ, bạn sẽ trở thành nhà thơ, họa sĩ, nhạc sĩ hoặc vũ công.

Cứ làm thử xem. Một lúc nào đó, bạn hãy ngồi xuống bên gốc cây và bắt nhịp với tự nhiên. Hãy hòa nhập vào thiên nhiên, để cho những rào cản tự biến mất. Hãy trở thành cái cây, ngọn cỏ, cơn gió... Rồi đột nhiên bạn sẽ cảm nhận được điều gì đó chưa bao giờ xảy đến với mình trước đây. Trong mắt bạn, mọi thứ trở nên rực rỡ hơn: cây cối xanh tươi hơn, những bông hồng cũng tươi thắm hơn và vạn vật dường như tươi sáng hơn. Bạn muốn cất tiếng hát mà chẳng biết lời hát ấy từ đâu phát ra. Đôi chân bạn cứ nhấp nhổm muốn nhảy, bạn cảm nhận được nhịp điệu rộn ràng trong từng mạch máu của mình. Thậm chí bạn có thể nghe thấy tiếng nhạc từ nội tâm và từ cả thế giới bên ngoài.

Đó là lúc tâm hồn bạn tràn ngập sự sáng tạo. Có thể nói bản chất của sự sáng tạo là hài hòa với tự nhiên, đồng điệu với cuộc sống, với Vũ trụ.

Lão Tử đã đặt cho trạng thái này một cái tên rất đẹp: vi vô vi,

nghĩa là *hành động thông qua phi hành động*. Đây là sự trái khoáy của sáng tạo. Khi bạn nhìn thấy một họa sĩ đang vẽ, không nghi ngờ gì cả, người ấy đang hành động, hành động một cách điên cuồng – bản thân anh ta *là* hành động; hoặc khi bạn nhìn thấy một vũ công đang nhảy múa, lúc đó anh ta cũng *là* hành động. Tuy nhiên, tận sâu bên dưới những hành động đó không hề tồn tại một diễn viên, hay người hành động nào, mà chỉ là sự tĩnh lặng. Chính vì thế tôi mới nói sáng tạo là một trạng thái ngược đời.

Hãy sống hài hòa với tự nhiên, với nhịp điệu của Vũ trụ bởi đó chính là tinh hoa của sự thông thái. Mỗi khi bạn hòa hợp với nhịp điệu tự nhiên của Vũ trụ, bạn sẽ trở thành nhà thơ, họa sĩ, nhạc sĩ hoặc vũ công.

Mọi trạng thái đẹp đẽ đều chứa đựng trong đó sự đối ngẫu. Càng lên cao, bạn càng đi sâu vào điều ngược lại so với thực tế. Đỉnh cao của hành động đi liền với đỉnh cao của sự thư thái, tĩnh tại – một hành động vĩ đại đang diễn ra ở bề mặt sẽ tương ứng với sự tĩnh lặng từ sâu thẳm tâm hồn, hay nói cách khác, *không có gì* đang diễn ra. Đừng luồn luỵ trước sức mạnh của bản thân mà hãy trao gửi bản thân cho nguồn sức mạnh siêu việt thanh cao hơn chính bạn, rồi sáng tạo sẽ đến. Vì thế, thiền là một trạng thái sáng tạo.

Khi bản ngã mất đi, những khổ đau trong bạn cũng tan biến. Bạn cảm thấy tâm hồn mình trở nên lành lặn và toàn vẹn. Bản ngã chính là cội nguồn của bệnh tật, đau khổ. Một khi nó biến mất, bạn sẽ không còn trì độn, mê mụ nữa mà bắt đầu tuôn chảy. Bạn sẽ chảy hòa cùng luồng chảy mênh mông của sự Tồn tại.

Khi bạn nhìn thấy một họa sĩ đang vẽ, không nghi ngờ gì cả, người ấy đang hành động, hành động một cách điên cuồng – bản thân anh ta là hành động; hoặc khi bạn nhìn thấy một vũ công đang nhảy múa, lúc đó anh ta cũng là hành động. Tuy nhiên, tận sâu bên dưới những hành động đó không hề tồn tại một diễn viên, hay người hành động nào, mà chỉ là sự tĩnh lặng. Chính vì thế tôi mới nói sáng tạo là một trạng thái ngược đời.

Norbert Weiner, nhà toán học nổi tiếng người Mỹ, từng nói: "Chúng ta không phải là thứ chất liệu mãi chây ì một chỗ, mà chúng ta là những mẫu hình biết tự duy trì, là những xoáy nước trong dòng sông muôn đời tuôn chảy". Thế thì bạn không phải là *bản ngã* mà là *một sự kiện, một chuỗi những sự kiện* – và *bản ngã* chỉ là một phần trong đó. Bạn là *một quá trình* chứ không phải là *một điều gì đó*. Ý thức vốn không phải là *một điều gì đó* mà là *một quá*

trình, tuy nhiên chúng ta lại xem nó là *một điều gì đó*. Khi bạn gọi nó là "Tôi", tức thì nó trở thành *một điều gì đó* – được xác định, bị giới hạn, mê muội, tù đọng; đó cũng là lúc một bản ngã được sinh ra, và thế là bạn bắt đầu chết mòn.

Bản ngã chính là cái chết của bạn, và cái chết của bản ngã là sự khởi đầu cho cuộc sống đích thực. Một cuộc sống thật sự chính là một sự sáng tạo.

Bạn không cần phải đến bất kỳ trường lớp nào để học lấy sự sáng tạo. Tất cả những gì bạn cần làm là hướng nội và giúp cho bản ngã tan biến. Đừng ủng hộ nó, đừng nuôi dưỡng hay làm cho nó mạnh lên. Khi bản ngã biến mất, mọi thứ đều là chân lý, đều đẹp đẽ. Rồi mọi sự diễn ra đều sẽ tốt đẹp.

Tôi không có ý nói rằng tất cả các bạn đều sẽ trở thành Picasso hay Shakespeare. Một số ít các bạn sẽ trở thành họa sĩ, số khác sẽ trở thành ca sĩ, nhạc sĩ hay vũ công. Mỗi người sẽ sáng tạo theo cách riêng của mình. Bạn có thể sáng tạo khi là một đầu bếp hoặc khi làm công việc quét đường.

Khi đó, bạn không còn cảm thấy nhàm chán trong cuộc sống nữa. Bạn trở nên sáng tạo trong mọi việc, dù là rất nhỏ. Ngay cả công việc quét dọn cũng mang tính thiêng liêng, chẳng khác gì một nghi lễ thờ phụng, một buổi cầu nguyện. Vì vậy, bất cứ việc gì bạn làm cũng đều có âm hưởng của sự sáng tạo.

Chúng ta không cần có quá nhiều họa sĩ để làm gì, bởi cuộc sống sẽ vô cùng khó khăn nếu có quá nhiều họa sĩ! Cũng không cần có quá nhiều thi sĩ bởi chúng ta còn cần đến người làm vườn, nông dân nữa; tóm lại là đủ mọi loại người. Tuy vậy, mỗi người đều có thể sáng tạo trong cuộc sống. Khi một người chìm sâu vào trạng thái an định tinh thần và trở nên vô ngã, Thượng đế sẽ bắt đầu tuôn đổ năng lượng qua anh ta.

Bạn không cần phải trở nên nổi tiếng. Người thật sự sáng tạo sẽ không mảy may quan tâm đến sự nổi tiếng bởi anh ta không cần. Tự thân công việc đã khiến anh cảm thấy vô cùng viên mãn rồi; và anh hài lòng về những gì mình đang làm, cũng như nơi mình đang ở, đến độ chẳng còn khát khao gì hơn nữa. Khi bạn sáng tạo, những ham muốn sẽ biến mất. Khi bạn sáng tạo, những tham vọng sẽ biến mất. Khi bạn sáng tạo, bạn đang được là chính con người mà bạn vẫn luôn mong muốn trở thành.

NĂM TRỞ NGẠI

Tạo hóa ban cho tất cả chúng ta một nguồn năng lượng sáng tạo. Nguồn năng lượng đó chỉ trở nên tiêu cực, gây ra sự tàn phá khi nó bị cản trở.

1
Ý THỨC VỀ CÁI TÔI

Ý thức về cái tôi là một căn bệnh, trong khi tự thân ý thức thì lành mạnh. Như thể có một vài chỗ u trồi lên, khiến cho dòng chảy ý thức không còn tuôn trào tự nhiên nữa. Cái gì đó xa lạ đã xâm nhập vào dòng chảy ý thức, cái gì đó lạ lẫm mà dòng chảy ý thức không hấp thụ được, không thể trở thành một phần của dòng chảy... một cái gì đó nhất mực không chịu trở thành một phần của dòng chảy.

Ý thức về cái tôi chẳng khác gì mang một căn bệnh, khiến chúng ta rơi vào trạng thái đờ đẫn, tắc nghẽn. Trạng thái này giống như tình trạng của một hồ nước tù đọng – dơ bẩn, không ngừng bốc hơi, khô cạn, rồi chết. Và dĩ nhiên nó còn bốc mùi hôi thối nữa.

Do vậy, trước hết bạn cần nhận ra sự khác biệt giữa *ý thức (đơn thuần)* và *bản ngã (ý thức về cái tôi).*

Bản thân ý thức vốn không chứa đựng ý niệm "Tôi" nào, tức là không mang bản ngã. Trong ý thức không hề có sự phân ranh giữa con người với sự tồn tại. Ý thức là một nguồn sống bất tận, phong phú, không có rào cản, giới hạn; nó với sự tồn tại là một. Không hề có mâu thuẫn giữa cá nhân và toàn thể. Cái cá nhân hòa mình vào cái tổng thể, và cái tổng thể tuôn chảy vào cái cá nhân. Điều này cũng giống như việc hít thở vậy: khi hít vào, cái tổng thể đi vào trong bạn; khi thở ra, bạn đi vào cái tổng thể. Đó là sự lưu chuyển và chia sẻ không ngừng. Cái tổng thể không ngừng luân chuyển vào bạn và bạn cũng không ngừng trao cho cái tổng thể. Sự cân bằng đó không bao giờ mất đi.

Nhưng với một người mang bản ngã thì lại khác. Anh ta nhận vào nhưng lại không bao giờ cho đi, chỉ biết thu vén cho mình và không chịu chia sẻ với ai. Anh ta không ngừng dựng lên lớp lớp

"tường rào" quanh mình, trưng lên những tấm biển báo "Không được vượt qua giới hạn" để không ai có thể xâm phạm. Dần dà anh ta trở thành một nấm mồ, một sinh vật sống mà như đã chết vì cuộc sống của anh thiếu sự chia sẻ.

Vì vậy, người mang ý thức về cái tôi được xem như đã chết – đang trong trạng thái u mê. Và chừng nào không còn bản ngã, nghĩa là chừng nào cái tôi nhỏ bé biến mất, bạn sẽ đạt đến *cái tôi thật sự*, còn gọi là *siêu ngã*.

"Cái rốn Vũ trụ" nhỏ bé không còn, bạn hướng đến trung tâm của sự tồn tại. Đột nhiên bạn trở nên vô hạn, không còn bị giam giữ trong cái lồng do bản ngã tạo ra và sức mạnh vô biên bắt đầu tuôn đổ qua bạn. Bạn sẽ trở thành cây sáo để thần Krishna thổi lên giai điệu du dương. Bạn sẽ trở thành một kênh dẫn thông suốt, không còn rào cản nào. Tôi gọi đó là *sự trao gửi.*

Ý thức về cái tôi là một thái độ ngược lại với sự trao gửi – đó là một trạng thái đầy mâu thuẫn, giằng xé từ trong nội tâm. Khi bạn chiến đấu với sự tồn tại, tức là khi bạn mang bản ngã, bạn tất yếu sẽ bị đánh bại hết lần này đến lần khác. Mỗi bước bạn làm sẽ là một bước dấn sâu vào thất bại. Chắc chắn bạn sẽ cảm thấy nản lòng, và ngay từ đầu bạn đã bất hạnh vì cái tôi này vốn không thể tồn tại mà đi ngược lại quy luật Vũ trụ. Đó là điều không thể, cũng như bạn không thể tách mình khỏi sự tồn tại.

Bạn không thể nào sống như một thầy tu ẩn dật. Đó là những người luôn cố gắng để được là chính mình, luôn cố gắng phân định ranh giới cho mình và luôn cố gắng tách mình khỏi sự tồn tại. Song, tất cả những nỗ lực này đều đầy tính chấp ngã và chắc chắn họ sẽ thất bại.

Bạn chỉ có thể thành công khi có Thượng đế ở bên cạnh, đừng bao giờ chống lại Người. Bạn chỉ có thể thành công khi đồng hành cùng Toàn thể. Do vậy nếu bạn nản lòng, đau khổ tột cùng thì hãy nhớ, chính bạn đang tạo ra đau khổ ấy. Và bạn đã tạo ra nó do vướng phải cái bẫy rất tinh vi, đó là: chống lại Toàn thể.

Cái tôi lúc nào cũng tìm cách đi ngược dòng. Mọi người không thích điều dễ dàng, bao giờ họ cũng muốn làm cho mọi chuyện trở nên phức tạp. Họ thích thú đương đầu với khó khăn. Tại sao? Vì khi đối diện với khó khăn, cái tôi sẽ được rèn qua thử thách để trở nên tinh ma hơn.

Bạn chỉ có thể thành công khi có Thượng đế ở bên cạnh, đừng bao giờ

chống lại Người. Bạn chỉ có thể thành công khi đồng hành cùng Toàn thể.

Hãy nhìn lại cuộc đời mình mà xem, rất nhiều việc bạn làm chỉ vì cái tôi. Bạn vẫn muốn có một dinh thự to, dù bạn đang sống rất thoải mái trong ngôi nhà hiện tại. Cái dinh thự đó không dành cho bạn ở mà là để phục vụ cho cái tôi. Cuộc sống hiện giờ của bạn đã dư dả, thoải mái lắm rồi nhưng bạn vẫn muốn tích cóp thêm tiền bạc. Số tiền ấy cũng không phải để cho bạn mà chỉ để thỏa mãn cái tôi. Thế thì làm sao bạn có thể yên lòng nghỉ ngơi nếu chưa trở thành người giàu nhất thế giới?

Mọi người không thích điều dễ dàng, bao giờ họ cũng muốn làm cho mọi chuyện trở nên phức tạp. Họ thích thú đương đầu với khó khăn. Tại sao? Vì khi đối diện với khó khăn, cái tôi sẽ được rèn qua thử thách để trở nên tinh ma hơn.

Nhưng khi trở thành người giàu nhất thế gian rồi thì bạn sẽ như thế nào? Bạn sẽ càng thêm đau khổ bởi những mâu thuẫn, những giằng xé trong nội tâm. Vì vậy đừng đổ trách nhiệm của mình lên ai khác.

Mọi người rất giỏi phân tích theo lý trí. Khi đau khổ, họ sẽ bảo: "Tôi có thể làm gì đây? Cái nghiệp của tôi là như vậy rồi!". Toàn nhảm nhí! Nghiệp của kiếp trước hẳn đã khiến bạn phải đau khổ, nhưng chỉ trong kiếp trước mà thôi! Tại sao phải đợi đến bây giờ chúng mới làm bạn đau khổ? Chính cái nghiệp *hiện tại* mới đang làm bạn đau khổ. Thật tiện lợi và dễ dàng khi đổ lỗi cho kiếp trước, vì như vậy bạn không cần phải làm gì nữa!

Hoặc bạn lại đổ trách nhiệm cho quỷ sứ! Chẳng phải tại bạn mà là do quỷ sứ đã giăng bẫy khiến bạn sa vào vòng khổ đau và lôi bạn xuống địa ngục. Nhưng sao quỷ sứ phải bận tâm đến bạn?

Rồi nhiều người khác cho rằng chính cấu trúc xã hội, chính hệ thống kinh tế đã làm cho con người đau khổ. Còn những người theo trường phái phân tâm học của Freud thì khẳng định chính tình mẫu tử mới là nguyên nhân. Tựu trung lại, lúc nào cũng là do lỗi của ai đó. Chẳng bao giờ mọi người nghĩ mình đau khổ là do chính bản thân mình gây ra.

Theo tôi, chính chúng ta phải chịu trách nhiệm cho nỗi đau của mình. Chẳng phải quá khứ, mà cũng chẳng phải cấu trúc xã hội hay hệ thống kinh tế nào có thể làm bạn đau khổ. Nếu bạn vẫn còn là *bạn*, nghĩa là còn mang cái tôi thì dù đang sống trong bất kỳ

xã hội nào, bạn vẫn còn đau khổ.

Sự thay đổi cơ bản sẽ diễn ra khi bạn bắt đầu thôi mâu thuẫn với sự tồn tại. "Hãy buông bỏ bản ngã", đây là tư tưởng chung nhất của các tôn giáo lớn. Ý họ muốn nói là "Hãy buông bỏ mọi mâu thuẫn".

Sự thay đổi cơ bản sẽ diễn ra khi bạn bắt đầu thôi mâu thuẫn với sự tồn tại. "Hãy buông bỏ bản ngã", đây là tư tưởng chung nhất của các tôn giáo lớn. Ý họ muốn nói là "Hãy buông bỏ mọi mâu thuẫn". Bạn hãy nhớ kỹ điều này, bởi "buông bỏ bản ngã" nghe rất trừu tượng. Bản ngã? Cái tôi? Nó ở đâu? Nó là gì? Nghe thì quen quen, nhưng vẫn mơ hồ thế nào ấy, người nghe khó mà nắm bắt cho hết ý của nó. Tôi muốn làm cho nó trở nên thực tế hơn nên tôi mới bảo hãy buông bỏ sự mâu thuẫn bởi cái tôi chính là sản phẩm phụ của thái độ mâu thuẫn.

Mọi người cứ nói đến việc chinh phục tự nhiên, chinh phục cái này cái kia, nhưng làm sao bạn có thể chinh phục tự nhiên được kia chứ? Bạn đã là một phần của nó, thế thì làm sao cái cá thể có thể chinh phục cái tổng thể? Bạn hãy ngẫm thử mà xem điều đó có ngốc nghếch không? Mâu thuẫn, xung đột sẽ khiến bạn đau khổ, giận dữ, căng thẳng và áp lực; còn hài hòa với tự nhiên sẽ mang đến sự tĩnh lặng sâu lắng và niềm vui vô bờ.

Cái tôi thật ra chỉ là mớ căng thẳng mà bạn tự tạo ra và dựng lên quanh mình. Thật ra chẳng cần tạo ra những thứ đó, nhưng tại sao con người vẫn tiếp tục làm vậy? Hẳn là phải có lý do. Tại sao con người cứ tiếp tục tạo ra cái tôi? Đó là vì hiếm ai biết được *cái tôi thực sự, bản thể nguyên thủy* đang ở đâu. Và thật khó khi sống mà không có bản thể, chính vì thế chúng ta tạo ra cái tôi/bản thể giả, một cái tôi/bản thể thay thế. Còn cái tôi đích thực thì vẫn không được biết đến.

Cái tôi thật ra chỉ là mớ căng thẳng mà bạn tự tạo ra và dựng lên quanh mình. Thật ra chẳng cần tạo ra những thứ đó, nhưng tại sao con người vẫn tiếp tục làm vậy? Hẳn là phải có lý do.

Trên thực tế, chưa ai từng biết đến cái tôi đích thực là gì. Nó luôn huyền bí, không thể diễn tả hay định nghĩa được. Cái tôi đích thực bao la đến mức bạn không thể định nghĩa và huyền bí đến mức bạn không thể xuyên thấu tận cốt lõi của nó. Cái tôi đích thực là cái tôi của Toàn thể, điều mà trí tuệ con người không thể nào chiêm nghiệm hoặc hiểu biết thấu suốt.

Truyện kể rằng Alexander Đại Đế cho gọi một người thông thái

đến và bảo: "Ta nghe nói ông đã biết Thượng đế, vậy hãy nói cho ta nghe xem Người trông thế nào".

Người thông thái bèn đáp: "Hãy cho thần ít nhất hai mươi bốn tiếng đồng hồ để suy ngẫm ạ!".

Hai mươi bốn giờ trôi qua, Alexander háo hức chờ đợi. Người đàn ông đến và bảo: "Thần cần thêm bảy ngày nữa".

Thế rồi bảy ngày tiếp tục trôi qua, Alexander mất hết kiên nhẫn. Lần này người đàn ông lại đến và nói: "Thần cần thêm một năm nữa".

Alexander bèn hỏi: "Ông nói vậy nghĩa là sao? Ông biết hay là không biết, hãy trả lời đi! Nếu ông biết, vậy hãy nói cho ta biết. Tại sao phải phí thời gian như vậy?".

Con người thông thái kia cười phá lên: "Càng chiêm nghiệm, tôi càng thấy mình chẳng biết gì. Càng tìm hiểu, tôi càng thấy khó mà khẳng định rằng mình đã hiểu biết thấu đáo. Hai mươi bốn giờ đầu tôi đã hết sức cố gắng, nhưng rồi nó cũng trượt khỏi tay tôi. Khó nắm bắt lắm, cứ như thủy ngân vậy. Thế nên tôi cần thêm bảy ngày nữa, nhưng cũng không ích gì. Sau một năm nữa, tôi cũng không chắc mình có thể đưa ra định nghĩa hay không".

Người đàn ông đó đã làm hết sức mình. Và ông hẳn rất khôn ngoan vì chẳng cách nào định nghĩa được cái tôi thật sự. Nhưng con người không thể sống mà không có bản thể bởi họ sẽ cảm thấy trống rỗng! Họ sẽ cảm thấy mình sống chẳng khác gì cái bánh xe không có trục, hay đường tròn không có tâm.

Để biết được cái tôi đích thực, con người phải thực hiện một cuộc hành trình gian nan và xa xôi để đi ngược về cội nguồn, về ngôi nhà nội tâm. Để đến được cánh cửa cuối cùng, con người phải gõ rất nhiều cánh cửa. Do đó cách dễ nhất là tự tạo cho mình một cái tôi giả. Trồng hoa hồng thật rất khó, chứ mua hoa hồng giả về chưng thì quá dễ dàng! Cái tôi giả có thể đánh lừa người khác, song không tài nào đánh lừa bạn được bởi bạn biết rõ *bạn còn không biết chắc mình là ai.* Đối với xã hội bên ngoài, ít nhất bạn cũng có một cái nhãn mác để thể hiện bạn là ai.

Nếu có ai hỏi "Anh là ai?", bạn sẽ trả lời thế nào? Chắc chắn bạn sẽ xưng tên mình ra. Tuy nhiên cái tên đó không phải là của bạn bởi bạn bước vào thế gian này có kèm theo cái tên nào đâu. Bạn sinh ra vốn là một người vô danh và cái tên không phải là thuộc tính của bạn, sau này nó mới được tạo ra. Bố mẹ bạn có thể chọn bất kỳ

cái tên A-B-C-D nào để đặt cho bạn. Thật ra, cái tên đâu phải là vấn đề cốt lõi. Nếu bạn tên "Susan" thì cũng tốt, mà nếu tên là "Harry" thì có khác gì đâu. Tên gọi nào cũng có thể dùng được. Đó chỉ là một cái nhãn mác mà thôi. Cái tên chỉ dùng để gọi chứ chẳng dính dáng gì đến bản thân bạn.

Hoặc giả khi được hỏi anh là ai, bạn sẽ đáp "Tôi là bác sĩ", "Tôi là kỹ sư" hay doanh nhân, họa sĩ gì đó, song tất tần tật đều chẳng nói lên được điều gì về bạn. Bởi khi bạn nói "Tôi là bác sĩ", bạn chỉ đang đề cập đến nghề nghiệp chứ không phải bản thân bạn. Bạn chẳng nói gì về cuộc đời, mà chỉ đang nói về kế sinh nhai thôi.

Tên cha mẹ, hay gia phả của bạn cũng không có liên quan vì chúng chẳng định nghĩa được bạn là ai. Việc bạn được sinh ra trong một gia đình nào đó chỉ là điều ngẫu nhiên.

Trồng hoa hồng thật rất khó, chứ mua hoa hồng giả về chưng thì quá dễ dàng! Cái tôi giả có thể đánh lừa người khác, song không tài nào đánh lừa bạn được bởi bạn biết rõ bạn còn không biết chắc mình là ai.

Đây đều là những thủ thuật tiện lợi khiến người ta cảm thấy mình đang *"có"*, đang *"tồn tại"*. Cái tôi này chỉ là cái tôi giả do con người tạo ra, còn cái tôi đích thực vẫn ẩn sâu trong bí ẩn.

Có lần tôi đọc được câu chuyện sau:

Một người Pháp đi băng qua sa mạc cùng một hướng dẫn viên người Ả Rập. Hàng ngày, anh chàng Ả Rập đều đặn quỳ gối trên cát nóng mà gọi tên Thượng đế của mình. Rồi một tối nọ, anh chàng người Pháp đầy hoài nghi kia bèn hỏi: "Làm sao anh biết có Thượng đế?".

Anh chàng hướng dẫn viên nhìn chằm chặp vào kẻ nhạo báng một lúc rồi đáp: "Làm sao tôi biết có Thượng đế ư? Làm sao tôi biết đêm qua đã có một con lạc đà chứ không phải con người đi qua đây? Chẳng phải là nhờ dấu chân của nó trên cát sao?". Và chỉ vào những tia nắng đang le lói nơi chân trời, anh ta nói thêm: "Dấu vết đó không phải của con người".

Bản thể của bạn không phải do bạn tạo ra, nó không phải là sản phẩm của con người. Mỗi người đã là một bản thể khi được sinh ra. Con người là *tạo vật*, không thể tự tạo ra bản thân mình. Để tạo ra nó, bạn phải có mặt trên thế giới này từ trước! Đấng sáng tạo hiện diện đâu đó giữa những điều không biết. Cội nguồn của chúng ta là một thế giới bí ẩn.

Cái tôi giả tạo chúng ta mang theo trong đời cũng giống như lá cờ lúc nào cũng có nguy cơ bị xé rách. Nó rất mong manh, yếu ớt – chắc chắn phải vậy thôi, vì do con người tạo ra mà! Bản thân anh ta phải trải qua nhiều vòng sinh tử thì làm sao anh ta có thể tạo ra một vật bất tử được chứ? Ta vẫn thường bị ám ảnh bởi nỗi sợ bị lạc lối, bị bức hại. Ta không bao giờ cảm thấy an toàn, chắc chắn với cái tôi này vì ta biết nó chỉ là sản phẩm được góp nhặt, được tạo ra một cách máy móc.

Đã bao giờ bạn để ý đến sự khác nhau giữa sự hợp nhất tự nhiên và sự hợp nhất nhân tạo? Các phụ tùng động cơ xe hơi khi được lắp ráp lại với nhau có thể vận hành như một thể thống nhất. Cũng tương tự như vậy đối với chiếc ra-đi-ô. Không phần nào trong cái máy có thể hoạt động như một cái máy hoàn chỉnh. Để cái máy vận hành, tất cả các bộ phận phải ráp nối với nhau. Tuy vậy, sự hợp nhất đó vẫn mang tính cơ học, nhân tạo và bị ép buộc từ bên ngoài.

Nhưng khi bạn gieo một hạt mầm xuống đất, nó sẽ hòa vào đất mẹ và lớn lên thành cái cây – một sự hợp nhất mang tính hữu cơ, hết sức tự nhiên. Sự hợp nhất ấy không hề bị cưỡng ép bởi các yếu tố bên ngoài mà vốn có sẵn từ trong hạt mầm. Hạt sẽ nẩy mầm, rồi đón lấy hàng ngàn thứ từ đất mẹ, không khí, mặt trời… tuy vậy sự hợp nhất vẫn xuất phát từ bên trong chính nó. Có thể nói, ở đây cái tâm có trước rồi đường tròn mới được tạo ra. Trong khi ở những thực thể nhân tạo, vòng tròn có trước rồi mới đến cái tâm.

Con người là một thực thể hữu cơ, là một sự hợp nhất hữu cơ. Trước kia bạn là một *mầm sống*, được gieo vào *mảnh đất bụng mẹ*. Từ đây, bạn bắt đầu tạo vòng tròn cho mình. Cái cốt lõi có trước rồi mới đến vòng tròn xung quanh, nhưng giờ bạn đã quên mất tâm vòng tròn. Bạn sống trên cái vòng tròn mà cứ nghĩ đó là cuộc đời mình. Sống trên vòng tròn sẽ tạo ra cái tôi giả tạo, cho bạn cảm giác bạn là một ai đó. Nhưng cái vòng tròn này rất mong manh, yếu ớt vì nó không được cấu thành một cách tự nhiên.

Đó là lý do bạn sợ chết. Nếu bạn biết về cái tôi đích thực, bản thể thật sự của mình, bạn sẽ không bao giờ sợ chết. Chẳng phải lo lắng gì nữa, bởi thực thể hữu cơ, thể thống nhất tự nhiên là bất tử. Chỉ có những thực thể nhân tạo sẽ chết. Những gì được ráp lại với nhau thì một ngày nào đó sẽ rời bỏ nhau. Thực thể nhân tạo có lúc bắt đầu và có lúc kết thúc, trong khi thực thể hữu cơ, thể thống nhất tự nhiên thì không như vậy, đó là một tiến trình tồn tại mãi mãi.

Ý thức về cái tôi lúc nào cũng khiến bạn lo lắng, run sợ. Bạn luôn cần đến sự hỗ trợ từ người khác, chẳng hạn như cần một ai đó đánh giá cao mình, một ai đó vỗ tay tán dương bạn, khen bạn đẹp hay thông minh.

Bạn biết gì về tâm vòng tròn của mình? Nếu không biết, bạn sẽ không ngừng lo sợ. Ý thức về cái tôi lúc nào cũng khiến bạn lo lắng, run sợ. Bạn luôn cần đến sự hỗ trợ từ người khác, chẳng hạn như cần một ai đó đánh giá cao mình, một ai đó vỗ tay tán dương bạn, khen bạn đẹp hay thông minh. Những lời thôi miên ấy làm bạn tin rằng mình thông minh, xinh đẹp và mạnh mẽ. Nhưng hãy coi chừng, như thế nghĩa là bạn đang sống lệ thuộc vào người khác.

Bạn nghĩ sao nếu một chàng đần khen bạn thông minh? Hãy nhớ rằng trong thực tế, bạn chỉ trông có vẻ thông minh trước một chàng đần vì nếu anh ta thông minh hơn bạn, dĩ nhiên bạn sẽ không thể nào thông minh trong mắt anh ta được. Tuy vậy những lời khen ngợi của một chàng ngốc lại có thể khiến bạn hạnh phúc. Tương tự, bạn chỉ đẹp trong mắt một người xấu xí. Bởi nếu họ đẹp hơn bạn, bạn sẽ trở nên xấu xí trong mắt họ. Tuy vậy bạn vẫn thấy sướng rơn khi có người khen mình đẹp.

Vậy hãy thử hỏi, sự thông minh được nhìn nhận bởi người khờ khạo là kiểu thông minh gì? Cái đẹp mà được nhìn nhận bởi những người xấu xí là đẹp kiểu gì? Tất cả hoàn toàn chỉ là sự giả tạo. Chỉ là ngu ngốc! Ấy vậy mà chúng ta vẫn tiếp tục tìm kiếm nó. Chúng ta không ngừng đi tìm ở thế giới bên ngoài những điều củng cố cho cái tôi của mình, tìm một ai đó để hỗ trợ mình, để làm trụ cột tinh thần cho mình. Và cái tôi như thế có thể sụp đổ bất cứ lúc nào. Càng lệ thuộc vào bên ngoài, nỗi lo lắng càng gia tăng.

Đó là lý do vì sao bạn sẽ trở nên thanh cao, nhã nhặn hơn khi ở một mình, bởi khi đó bạn không phải lo lắng gì cả. Không ai có ở đó để dòm ngó bạn. Bạn sẽ vô tư hơn khi ở một mình, chẳng hạn như khi ở trong phòng tắm, bạn chẳng khác gì một đứa trẻ. Bạn đứng trước gương, thể hiện cảm xúc qua nét mặt và tận hưởng giây phút hồn nhiên ấy. Nhưng nếu biết con mình đang trộm nhìn qua lỗ khóa, lập tức bạn sẽ khác hẳn. Lúc đó cái tôi của bạn bị đe dọa. Chính vì thế mà mọi người vô cùng lo sợ người khác, trong khi ở một mình thì bạn không có gì để lo nghĩ.

Có một câu chuyện thiền nổi tiếng như sau:

Một vị thiền sư nọ đang ngồi viết thư pháp, ngồi cạnh ông là một

đệ tử có nhiệm vụ báo cho thầy mình biết khi nào bức thư pháp đã hoàn hảo. Cả thầy lẫn trò đều tỏ ra lo lắng vì cậu ta chưa bao giờ thấy thầy làm cái gì mà không hoàn hảo, nhưng hôm đó mọi thứ không diễn ra như cậu nghĩ. Vị thiền sư càng cố gắng viết thì nét chữ càng trông chẳng đâu vào đâu.

Ở Nhật và Trung Quốc, chữ thư pháp thường được viết trên giấy xuyến chỉ, một loại giấy rất mong manh và nhạy thấm. Chính vì thế, chỉ cần người viết do dự một chút thôi cũng khiến cho mực thấm loang khắp giấy và hàng trăm năm sau người ta vẫn có thể nhìn thấy chỗ hỏng kia. Nét bút của bạn phải liền tay và dứt khoát. Nếu ngược lại, người có con mắt tinh tường sẽ bảo ngay: "Đây chẳng phải là thư pháp", bởi chữ thư pháp là phải thanh thoát, liền mạch và tuôn trào sức sống.

Vị thiền sư cứ cố mãi… người ông bắt đầu vã cả mồ hôi. Trong khi đó người đệ tử ngồi đấy không ngừng lắc đầu: "Chưa được!". Và vị thiền sư càng lúc càng phạm sai lầm.

Khi mực đã vơi, vị thiền sư bảo: "Con ra ngoài chuẩn bị mực cho ta". Và trong lúc đệ tử ra ngoài để soạn mực thì vị thiền sư đã tạo nên kiệt tác. Khi quay trở lại, cậu học trò reo lên: "Thầy ơi, tuyệt tác! Chuyện gì đã xảy ra vậy thầy?".

Vị thiền sư cười lớn: "Ta đã nhận ra một điều – chính sự hiện diện của con, cùng ý nghĩ có ai đó đang chờ để ca ngợi hay phê bình, để khen hay chê đã làm nhiễu loạn tâm ta. Từ nay ta sẽ không bao giờ để tâm mình bị xáo động nữa. Ta nhận thấy rằng càng cố làm cho bức vẽ trở nên hoàn hảo thì nó càng không hoàn hảo".

Cho nên khi bạn cố làm cho cái gì đó hoàn hảo, nó sẽ bị khiếm khuyết. Cứ tự nhiên đi, rồi mọi thứ sẽ luôn hoàn hảo. Tự nhiên là hoàn hảo, còn nỗ lực thì không. Chính vì vậy mà bất cứ khi nào bạn gắng sức quá nhiều cho một việc gì đó thì có nghĩa là bạn đang hủy hoại nó.

Mọi người ai nói năng cũng rất hay, huyên thuyên đủ thứ về cuộc đời mình nhưng chỉ cần đẩy họ lên sân khấu và bảo họ nói trước đám đông, lập tức họ sẽ câm như hến, sẽ quên hết mọi thứ. Hoặc nếu họ có mở miệng thì nói năng cũng không được tự nhiên, liền mạch. Tại sao lại như vậy? Rõ ràng anh ta khua môi múa mép rất hay với bạn bè và vợ con anh ta kia mà, vậy tại sao phải lo ngại khi đứng trước đám đông? Đó là vì bạn trở nên ý thức về cái tôi. Bạn cảm thấy cái tôi của mình đang bị đe dọa.

Lúc bạn cố gắng phô diễn điều gì đó thì cũng là lúc bạn đang tìm cách nuôi dưỡng cho cái tôi của mình. Còn khi bạn để cho mọi chuyện diễn ra tự nhiên, mọi thứ sẽ hoàn hảo và không vấp phải vấn đề gì. Khi bạn tự nhiên và để mọi thứ diễn ra tự nhiên, Thượng đế luôn ở sau trợ giúp bạn. Khi bạn lo sợ, run rẩy hay cố gắng làm, bạn sẽ lạc mất Người. Khi sợ hãi, bạn sẽ quên mất Người. Bạn mải nhìn mọi người mà quên mất Nguồn hỗ trợ của mình.

Khi bạn cố làm cho cái gì đó hoàn hảo, nó sẽ bị khiếm khuyết. Cứ tự nhiên đi, rồi mọi thứ sẽ luôn hoàn hảo. Tự nhiên là hoàn hảo, còn nỗ lực thì không. Chính vì vậy mà bất cứ khi nào bạn gắng sức quá nhiều cho một việc gì đó thì có nghĩa là bạn đang hủy hoại nó.

Ý thức về cái tôi khiến bạn trở nên suy yếu. Người nào không mang cái tôi thì mạnh mẽ vô cùng, nhưng sự mạnh mẽ này không liên quan gì đến bản thân anh ta. Sức mạnh ấy xuất phát từ Cội nguồn vô tận.

Ý thức về cái tôi sẽ mang rắc rối đến cho bạn. Bạn không biết mình là ai và nó cản trở bạn quay trở về với Cội nguồn.

Tương truyền rằng:

Lần nọ, có một cô gái đẹp đi ngang qua, Mulla Nasruddin liền ngoái lại nhìn theo. Thấy vậy, vợ ông bĩu môi: "Cứ mỗi khi thấy con gái đẹp là anh lại quên mất mình đã có vợ".

Mulla bèn đáp: "Em lầm rồi, anh chỉ ngắm cái đẹp chứ chẳng quan tâm đến chuyện gì khác!".

Bất cứ khi nào ý thức đến cái tôi, lúc đó bạn không hề ý thức đến bản thân mình. Bạn không biết mình là ai. Vì nếu biết thì đã không gặp rắc rối để rồi bạn phải xin ý kiến của mọi người, và bạn cũng không phải lo người khác nói gì về mình. Thực ra chẳng ai nói gì về bạn cả, mà họ chỉ đang nói về chính mình.

Một sáng nọ, khi tôi đang ở Jaipur, có một người đến gặp tôi và nói rằng: "Thầy thật thánh thiện!".

Tôi bèn đáp: "Anh nói đúng đấy!".

Rồi sau đó, có một người thật sự không ưa tôi tiến đến bảo: "Ông thật xấu xa!".

Tôi cũng đáp: "Anh nói đúng đấy!".

Nghe thế, người đàn ông đầu tiên đâm ra hoang mang: "Ý thầy là sao? Với tôi và với anh ta thầy đều đáp 'Anh nói đúng đấy!'. Hai chúng tôi không thể nào cùng đúng được".

Tôi đã giải thích: "Không chỉ hai anh mà hàng triệu người khác cũng có thể nói đúng về tôi, nhưng những gì họ nói về tôi thật ra đều là những điều họ đang nói về chính họ. Làm sao họ biết được tôi, hiểu được tôi? Điều đó là không thể. Thậm chí họ còn chưa hiểu được bản thân họ kia mà. Những gì họ nói chỉ là sự suy diễn của họ".

Nghe vậy, người đàn ông hỏi: "Vậy thầy là ai? Nếu theo cách hiểu của tôi thì thầy thật là thánh thiện, còn với anh ta, thầy thật là xấu xa".

Tôi đáp: "Tôi chỉ là chính mình. Và tôi cũng không cần diễn giải mình là ai. Tôi cứ thản nhiên vui sống. Tôi hạnh phúc được là chính mình".

Chẳng ai có thể nói được điều gì về bạn. Bất luận họ nói gì thì cũng chỉ là về bản thân họ. Thế nhưng bạn lại bị dao động vì bạn vẫn bám víu lấy cái tôi giả tạo. Do cái tôi ấy phụ thuộc vào người khác nên lúc nào bạn cũng lưu tâm đến điều mọi người tranh bàn về mình. Và rồi bạn luôn cố chiều theo ý người khác hòng làm cho họ hài lòng. Càng tỏ ra mẫu mực trong mắt họ, bạn càng trang hoàng thêm cho cái tôi của mình. Làm vậy chẳng khác nào bạn tự giết chết mình!

Thay vì ngả nghiêng theo dư luận, bạn nên nhìn vào nội tâm. Việc hiểu về cái tôi đích thực có một giá trị không nhỏ chút nào, tuy vậy mọi người vẫn thèm khát những điều rẻ tiền.

Tương truyền rằng:

Khi không chịu nổi cái lưng đau nữa, Nasruddin miễn cưỡng đến gặp bác sĩ để xem bệnh.

– Bệnh của ông có thể chữa được bằng cách phẫu thuật, – bác sĩ bảo, – nhưng sẽ mất hai tuần nằm viện và sáu tháng nằm trên giường.

– Nhưng thưa bác sĩ, tôi không có đủ tiền để trang trải hết những chi phí này. – Nasruddin kêu lên.

– Vậy thì ông đưa cho tôi 25 đô-la để tôi chỉnh sửa ảnh X-quang vậy! – Ông bác sĩ đề nghị.

Thế đấy, chi phí chỉnh sửa ảnh X-quang rất rẻ nhưng lại không giúp bạn khỏi bệnh. Song đấy lại là điều chúng ta đang làm, nghĩa là không ngừng sửa ảnh X-quang và nghĩ rằng điều kỳ diệu sẽ xảy ra. Việc đó chẳng có ích lợi gì, cũng như chẳng thể giúp bạn khỏe mạnh lên. Nó rẻ hơn thật vì không phải tiến hành phẫu thuật hay tốn kém thêm chi phí. Nhưng được gì kia chứ? Bạn vẫn phải tiếp tục chịu đau.

Bạn trở nên đáng kính trong mắt mọi người, được xã hội đánh giá cao, được tô điểm với huy chương vàng nhưng nỗi đau khổ vẫn còn đó. Huy chương vàng không thể chấm dứt nỗi đau của bạn, cũng giống như việc chỉnh sửa ảnh X-quang vậy. Mọi hình thức đánh bóng cho cái tôi đều chẳng có ý nghĩa gì mà chỉ phỉnh lừa bạn nhiều hơn. Bạn sẽ càng yếu đuối hơn, cả về thể chất lẫn tâm trí. Nỗi sợ hãi trong bạn sẽ ngày một lớn, bạn như đang ngồi trên đỉnh núi lửa mà không biết chừng nào nó phun trào. Cái tôi không cho phép bạn có lấy một phút giây bình yên, thoải mái.

Một khi đã hiểu ra điều đó, toàn thể năng lượng sẽ được chuyển sang hướng khác. Ta cần hiểu chính mình và không nên lo lắng trước những gì người khác nói.

Một người bạn gửi cho tôi câu chuyện đùa rất hay sau:

Có một anh chàng chẳng được ai để ý đến và cũng chẳng ai thèm kết bạn với anh ta. Anh đến dự một hội nghị bán hàng tại Miami, thấy mọi người ai cũng hạnh phúc, cười đùa vui vẻ và quan tâm đến nhau mà chẳng hề chú ý đến mình.

Một tối nọ, anh bèn bắt chuyện với một người bán hàng khác và kể cho người này nghe về vấn đề của mình. “Ồ, tôi biết cách giải quyết rồi”, người kia nói. “Anh hãy sắm cho mình một con lạc đà rồi cưỡi nó đi khắp phố, ắt hẳn mọi người sẽ chú ý đến anh và anh sẽ có được nhiều bạn mới”.

Cứ như số phận đã xếp đặt trước, ngay lúc ấy có một gánh xiếc sắp sập tiệm và họ muốn bán con lạc đà. Anh chàng nọ bèn mua nó và cưỡi đi khắp phố, dĩ nhiên là mọi người đã chú ý đến anh ta rất nhiều. Anh cảm thấy mình giống như một ông hoàng trong mắt thế gian. Nhưng rồi một tuần sau, con lạc đà biến mất. Anh chàng hết sức đau khổ và lập tức gọi điện đến tờ báo địa phương để rao tìm.

– Là con đực hay con cái ạ? – Nhân viên tòa báo hỏi.

– Đực hay cái ư? Làm sao tôi biết được? – Anh cuống quýt cả lên, nhưng sau đó nghĩ lại. – À phải, là con đực, đúng rồi!

– Làm sao ông biết? – Người nhân viên tiếp tục hỏi.

– Vì mỗi khi tôi cưỡi nó xuống phố, mọi người cứ la lên "Xem cái schmuck trên con lạc đà kìa!".

Schmuck trong tiếng Yiddish (tiếng Đức cổ của người Do Thái ở Trung và Đông Âu) là một từ rất hay. Nó có hai nghĩa, một nghĩa rất liên quan đến tình huống này đó là *thằng ngốc* và nghĩa thứ hai là *bộ phận sinh dục đực.* Nhưng cả hai nghĩa này lại có quan hệ rất chặt chẽ với nhau, vì những kẻ ngốc chẳng khác nào những sinh vật sống chỉ để truyền giống, ngoài ra không còn biết bất cứ điều gì khác về cuộc sống. Chính vì thế mà *schmuck* là một từ rất hay. Nếu một người sống mà chỉ biết đến tình dục thì anh ta có khác gì một kẻ ngốc!

Bản ngã rất hay phỉnh lừa chúng ta. Nó chỉ nghe những gì nó muốn nghe. Nó chỉ hiểu theo cách nó muốn hiểu mà không chịu nhìn nhận thực tế. Nó không bao giờ để thực tế tự hiển lộ cho bạn thấy. Người sống vì cái tôi thường ẩn mình sau một bức màn vô hình, và bức màn này sẽ thay đổi mọi thứ đi xuyên qua nó.

Cứ thế, con người tiếp tục sống trong cái thế giới tinh thần mà họ tự tạo ra. Cái tôi trở thành trung tâm của thế giới đó, cái thế giới hư ảo hay còn được gọi là *maya*, tức là *ảo tưởng*. Thế giới này trở thành thế giới duy nhất của họ, chỉ có mỗi họ sống trong đó.

Khi bạn gạt bỏ cái tôi, bạn sẽ gạt bỏ cả cái thế giới được tạo ra xung quanh cái tôi ấy. Lần đầu tiên trong đời, bạn sẽ nhìn thấy bản chất thật sự của mọi điều chứ không phải theo cách bạn muốn thấy. Và một khi đã biết được thực tế cuộc đời, bạn sẽ biết được đâu là chân lý.

Có một giai thoại Thiền như sau:

O-Nami, tức "Sóng Lớn", là một vật sĩ rất mạnh và tài nghệ trong làng đô vật. Khi chỉ có một mình, anh ta có thể đánh bại ngay cả thầy của mình, nhưng trước đám đông thì đến một tay vật non trẻ nhất cũng có thể hạ được anh.

Băn khoăn mãi về điều này, anh bèn tìm đến vị thiền sư ở ngôi chùa cạnh biển gần đó để xin lời khuyên.

Vị thiền sư truyền dặn rằng: "Sóng Lớn là tên của con, vậy đêm nay con hãy ở lại chùa để lắng nghe tiếng sóng biển. Hãy tưởng tượng con chính là những ngọn sóng đó. Hãy quên mình là một đô vật và trở thành con sóng vĩ đại cuốn phăng mọi thứ trước mặt".

Đêm hôm ấy O-Nami đồng ý ở lại chùa. Tuy đã cố gắng chỉ nghĩ đến những ngọn sóng nhưng anh vẫn lan man nghĩ đến nhiều thứ khác. Rồi dần dần anh cũng tập trung được và chỉ nghĩ về những ngọn sóng. Trời càng về khuya, những con sóng càng lớn dần, lớn dần. Chúng cuốn phăng những bông hoa trong bình trước tượng Phật, rồi cả những chiếc bình. Ngay đến tượng Phật bằng đồng cũng bị sóng cuốn đi. Đến bình minh thì toàn bộ ngôi chùa đã bị con sóng san bằng, còn O-Nami vẫn ngồi đó với nụ cười an lạc trên môi.

Hôm đó anh đã tham gia một cuộc thi đô vật và chiến thắng mọi trận đấu. Kể từ ngày ấy, trên khắp nước Nhật, không còn ai đủ sức đánh bại anh nữa.

Câu chuyện trên nói về ý thức bản ngã và cách để gạt bỏ nó, dứt khỏi nó. Tôi sẽ cùng bạn phân tích câu chuyện theo từng bước nhé.

O-Nami, tức "Sóng Lớn", là một vật sĩ rất mạnh...

Chúng ta ai cũng cực kỳ mạnh – không biết được sức mạnh của mình thì là một vấn đề khác. Ai ai cũng cực kỳ mạnh và phải như thế bởi chúng ta đều bắt nguồn từ Vũ trụ. Cho dù bạn trông có nhỏ bé đấy nhưng thực chất bạn không hề nhỏ chút nào.

Khi bạn gạt bỏ cái tôi, bạn sẽ gạt bỏ cả cái thế giới được tạo ra xung quanh cái tôi ấy. Lần đầu tiên trong đời, bạn sẽ nhìn thấy bản chất thật sự của mọi điều chứ không phải theo cách bạn muốn thấy.

Ngày nay, theo các nhà vật lý, trong một nguyên tử nhỏ bé chứa đựng biết bao nhiêu là năng lượng. Hai thành phố lớn của Nhật là Hiroshima và Nagasaki đã bị phá hủy bởi năng lượng nguyên tử. Thế nhưng nguyên tử lại nhỏ bé đến nỗi chẳng ai có thể nhìn thấy chúng! Tất cả chỉ là sự suy diễn, suy luận bởi chưa từng có ai nhìn thấy nguyên tử, kể cả với những thiết bị khoa học tinh vi ngày nay.

Nếu nguyên tử có thể chứa nhiều năng lượng đến thế thì con người còn mạnh đến nhường nào? Cái ngọn lửa nhỏ bé trong ý thức con người thì sao? Nếu một ngày nào đó cái ngọn lửa bé nhỏ

này bùng cháy, nhất định nó sẽ trở thành một nguồn năng lượng và ánh sáng vô tận. Đó chính là điều đã diễn ra ở những bậc thánh nhân như Đức Phật, như Chúa Jesus…

Mọi người ai cũng cực kỳ mạnh bởi chúng ta hết sức siêu phàm.

Mọi người ai cũng cực kỳ mạnh bởi chúng ta đều bắt nguồn từ Thượng đế, từ Cội nguồn của sự tồn tại.

Bạn hãy nhớ điều đó!

Nhưng đầu óc con người thường rất mau quên. Mỗi khi bạn quên, bạn lại trở nên yếu ớt. Và trong trạng thái suy yếu như vậy, bạn bắt đầu tìm đến những cách thức nhân tạo để làm mạnh bản thân. Đó là cách mà hàng triệu triệu người đang làm.

Bạn tìm kiếm điều gì ở thanh danh, quyền thế? Cũng vẫn là sức mạnh, trong khi sức mạnh ấy luôn sẵn có trong bạn.

Bạn tìm kiếm tiền bạc, nhưng thật ra bạn đang tìm kiếm cái gì? Phải chăng bạn đang tìm kiếm *sức mạnh*?!

Bạn tìm kiếm điều gì ở thanh danh, quyền thế? Cũng vẫn là *sức mạnh,* trong khi sức mạnh ấy luôn sẵn có trong bạn.

Bạn ơi, bạn tìm sai chỗ rồi!

O-Nami, tức "Sóng Lớn", là một vật sĩ…

Tất cả chúng ta đều là những con sóng vĩ đại của đại dương. Có thể chúng ta đã quên mất điều đó, nhưng đại dương không bao giờ quên. Có thể chúng ta lãng quên, đến mức không còn khái niệm gì về đại dương nữa nhưng chúng ta vẫn đang sống trong lòng đại dương. Không có sóng, đại dương vẫn tồn tại; nhưng sóng không thể tồn tại mà không có đại dương. Con sóng chẳng là gì cả nếu không thuộc về đại dương, nó là một tiến trình chứ không phải là một thực thể. Con sóng chính là niềm vui lan tỏa của đại dương, cũng như Thượng đế đã tạo ra con người trong niềm vui của Người cho trái đất, cho sự tồn tại. Con sóng là hình tượng đại dương tìm đến Đại dương, chỉ để vui đùa nhưng qua đó có sự truyền giao năng lượng cực kỳ mạnh mẽ.

O-Nami, tức "Sóng Lớn", là một vật sĩ rất mạnh…

Nhưng sức mạnh này chỉ bùng lên khi con sóng hiểu rằng nó thuộc về đại dương bao la, bất tận. Nếu con sóng quên mất điều

đó, lập tức nó trở nên suy yếu. Chứng "quên" ở con người là rất nặng. Trí nhớ của ta rất nhỏ, nhỏ xíu. Chúng ta cứ quên hoài. Cái gì càng hiển nhiên, càng ở sát bên cạnh và lúc nào cũng sẵn có thì lại càng dễ quên.

Chẳng hạn, bạn có nhớ hơi thở của mình không? Bạn chỉ nhớ đến nó khi nào bạn bị cảm hay khó thở, bằng không thì ai mà nhớ đến hơi thở? Tương tự, con người chỉ nhớ đến Thượng đế khi họ gặp rắc rối chứ bình thường mấy ai nhớ tới Người. Song, Thượng đế còn gần hơn hơi thở của bạn, gần hơn cả bạn đối với chính mình nữa.

Con người ta thường có xu hướng hay quên. Có bao giờ bạn để ý thấy hễ bạn không có cái gì thì bạn cứ nhớ đến nó, nhưng khi đã có rồi thì bạn lại coi đó là điều hiển nhiên. Do Thượng đế không thể biến mất nên người ta khó mà nhớ đến Người. Chỉ có một số ít hiếm hoi là luôn tưởng nhớ.

Con cá trong đại dương quên mất đại dương. Nếu nó bị ném lên bờ, phải giãy giụa phơi mình trên cát nóng thì khi đó nó mới nhớ đại dương. Nhưng chẳng có cách nào để ném bạn khỏi Thượng đế, bởi Người là Đại dương bất tận. Và bạn không giống như con cá, bạn là con sóng. Bạn giống hệt Thượng đế, bản chất của Người và của bạn là như nhau.

...là một vật sĩ rất mạnh và tài nghệ trong làng đô vật. Khi chỉ có một mình, anh ta có thể đánh bại ngay cả thầy của mình...

Nhưng "khi chỉ có một mình...", vì lúc đó anh ta mới có thể quên đi cái tôi của mình.

Khi tập trung vào bản ngã, bạn sẽ quên mất Thượng đế; còn khi bạn bỏ lơ cái bản ngã kia đi, bạn sẽ nhớ đến Người – bạn không thể nhớ cả hai cùng một lúc. Cũng như khi con sóng nghĩ rằng nó là con sóng, nó sẽ quên nó cũng là đại dương. Còn khi biết mình là đại dương, làm sao nó có thể nhớ mình là con sóng?

Khi chỉ có một mình, anh ta có thể đánh bại ngay cả thầy của mình, nhưng trước đám đông thì đến một tay vật non trẻ nhất cũng có thể hạ được anh.

Khi chỉ có một mình, hẳn lúc đó anh ta đã hoàn toàn quên mất bản ngã nên anh ta cực kỳ mạnh. Nhưng trước đám đông, hẳn anh đã nghĩ đến cái tôi quá nhiều, chính vì vậy mà sức mạnh của anh suy giảm.

Băn khoăn mãi về điều này, anh bèn tìm đến vị thiền sư ở ngôi chùa cạnh biển gần đó để xin lời khuyên.

Vị thiền sư truyền dặn rằng: "Sóng Lớn là tên của con, vậy đêm nay con hãy ở lại chùa để lắng nghe tiếng sóng biển".

Khi biết được tên của anh ta là O-Nami, tức "Sóng Lớn", vị thiền sư đã đưa ra phương cách dựa trên cái tên ấy: "Sóng Lớn là tên của con, vậy đêm nay con hãy ở lại chùa để lắng nghe tiếng sóng biển".

Lắng nghe là một trong những bí quyết giúp chúng ta đi vào ngôi đền của Thượng đế. Lắng nghe nghĩa là quên đi toàn bộ cái tôi, chỉ như vậy thì bạn mới có thể lắng nghe. Khi bạn chăm chú lắng nghe ai đó, bạn sẽ quên mất bản thân mình. Nếu vẫn còn quá chú tâm đến bản thân, bạn không thể lắng nghe thật sự mà chỉ giả vờ nghe mà thôi. Có thể bạn gật gù, có thể thỉnh thoảng bạn ừ hữ góp vài tiếng nhưng bạn không thật sự lắng nghe.

Khi bạn lắng nghe, bạn sẽ trở thành một kênh truyền dẫn, một kênh tiếp nhận. Bạn sẽ trở nên *âm tính*, nghĩa là đằm tính và điềm đạm hơn. Bạn không thể tìm đến Thượng đế với bộ dạng hùng hổ của một kẻ xâm lăng, chinh phục. Bạn chỉ có thể đến với Người… đúng hơn là Người chỉ đến với bạn khi bạn ở trong trạng thái tiếp nhận, điềm đạm.

Lắng nghe là nghệ thuật trở nên thụ động – khách quan, tách rời. Đức Phật chú trọng vào việc lắng nghe rất nhiều, Mahavir(*) cũng nhấn mạnh việc lắng nghe, Krishnamurti(**) cũng thế. Có bao giờ bạn để ý đến hình dáng của lỗ tai chưa? Tai thật ra chỉ là một đường ống, nó *âm tính* hơn cả đôi mắt. Tai *âm tính*, còn mắt thì *dương tính*. Khi nhìn, bạn ở trong trạng thái chủ động, tấn công; nhưng khi lắng nghe, bạn chỉ đón nhận.

(*) Mahavir là người sáng lập đạo Jain (Kỳ Na giáo), một tôn giáo cùng thời với Phật giáo.

(**) Krishnamurti (1895 – 1986): một tác gia người Ấn đồng thời là nhà diễn thuyết nổi tiếng về các vấn đề triết học và tinh thần.

Đó là lý do vì sao khi nhìn người khác quá lâu, bạn sẽ trở nên khiếm nhã, vô lễ, bất lịch sự. Theo các nhà tâm lý học, ta không nên nhìn ai đó quá ba giây. Nhìn trong vòng ba giây thì còn chấp nhận được, nhưng nếu vượt quá ba giây, tức là bạn không còn nhìn họ với thái độ bình thường nữa mà là đang nhìn chòng chọc, nhìn xoi mói họ. Trong khi đó, lắng nghe lại không hề có giới hạn bởi lỗ tai không thể đi xuyên thấu người khác. Nó luôn nằm yên

tại chỗ.

Khi bạn chăm chú lắng nghe ai đó, bạn sẽ quên mất bản thân mình. Nếu vẫn còn quá chú tâm đến bản thân, bạn không thể lắng nghe thật sự mà chỉ giả vờ nghe mà thôi.

Mắt cần được nghỉ ngơi, nhất là vào ban đêm, trong khi tai không cần nghỉ ngơi. Nó hoạt động suốt hai mươi bốn tiếng, năm này qua năm khác. Mắt không thể mở mãi suốt hàng phút, cho nên bạn phải liên tục chớp mắt và nhắm mắt nghỉ ngơi.

Hãy dùng đến đôi tai nhiều hơn.

Hãy lắng nghe và chẳng cần phải làm gì khác.

Hãy lắng nghe mà không cần biết tại sao, cũng như đừng tự hỏi điều gì đang xảy ra.

Hãy lắng nghe và đừng diễn giải.

Hãy tưởng tượng con là những ngọn sóng đó.

Trước hết hãy lắng nghe và hòa nhịp với những con sóng. Khi bản thân cảm thấy hoàn toàn tĩnh lặng và sẵn sàng đón nhận, hãy tưởng tượng mình là những con sóng đó. Nhưng đó là bước thứ hai. Còn trước tiên đừng quá sốt sắng, nhanh nhẩu, chỉ đón nhận mà thôi. Và một khi đã đạt đến trạng thái hoàn toàn đón nhận, hãy hòa cùng con sóng, hình dung mình là những con sóng đó.

Vị thiền sư đã chỉ cho O-Nami một phương cách để quên đi cái tôi. Bước đầu tiên là đón nhận, bởi cái tôi không thể tồn tại khi bạn đang trong trạng thái đón nhận mà nó chỉ tồn tại khi có sự đối kháng, vướng chấp. Trong trạng thái cảm thụ đầy tinh tế này, khả năng tưởng tượng của bạn sẽ trở nên cực kỳ mạnh mẽ.

Bước đầu tiên là đón nhận, bởi cái tôi không thể tồn tại khi bạn đang trong trạng thái đón nhận mà nó chỉ tồn tại khi có sự đối kháng, vướng chấp. Trong trạng thái cảm thụ đầy tinh tế này, khả năng tưởng tượng của bạn sẽ trở nên cực kỳ mạnh mẽ.

Những người tinh nhạy, có khả năng cảm thụ cao là những người rất giàu trí tưởng tượng. Họ nhìn thấy sức sống đang căng tràn trong cỏ cây, uống lấy màu xanh sự sống này và thấm hút nó như một miếng bọt biển. Họ là những nhà thơ, họa sĩ, vũ công, nhạc sĩ... Họ nuốt lấy cả Vũ trụ và để cho những gì thấm nhuần được tuôn trào vào trí tưởng tượng của mình.

Tưởng tượng là một năng lực phi thường, có thể đưa bạn đến gần Thượng đế nhất. Người hẳn phải có một trí tưởng tượng phong phú lắm, bởi bạn cứ nhìn vào thế giới mà Người đã tạo ra mà xem! Nào là hoa, là bướm, là cây cối, là sông ngòi, và có cả con người nữa. Ngoài ra còn có biết bao nhiêu vì sao, bao nhiêu thế giới... Người cực kỳ mơ mộng!

Ở phương Đông, những người theo đạo Hindu bảo rằng thế giới chính là sản phẩm tưởng tượng của Thượng đế. Người mơ về nó. Vì vậy chúng ta là một phần trong giấc mơ của Người.

Họ là những nhà thơ, họa sĩ, vũ công, nhạc sĩ... Họ nuốt lấy cả Vũ trụ và để cho những gì thấm nhuần được tuôn trào vào trí tưởng tượng của mình.

Khi vị thiền sư bảo O-Nami: "Hãy tưởng tượng con là những ngọn sóng đó", ông có ý nói: "Trước hết con hãy đón nhận, cảm thụ, và rồi con sẽ trở nên sáng tạo". Một khi cái tôi đã được gạt bỏ, bạn sẽ linh hoạt hơn, những gì bạn tưởng tượng đều sẽ biến thành hiện thực.

"Hãy quên mình là một đô vật và trở thành con sóng vĩ đại cuốn phăng mọi thứ trước mặt."

Đêm hôm ấy O-Nami đồng ý ở lại chùa... cố gắng chỉ nghĩ đến những ngọn sóng...

Dĩ nhiên là vạn sự khởi đầu nan, ban đầu anh đã nghĩ đến nhiều thứ khác. Điều đó âu cũng tự nhiên thôi, nhưng anh đã tập trung lại. Hẳn anh ta đã rất kiên nhẫn. Rồi dần dần anh chỉ nghĩ về những ngọn sóng. Khoảnh khắc ấy đã đến... Nếu kiên trì theo đuổi, bạn sẽ bắt được cái khoảnh khắc mà mình hằng khao khát.

Rồi dần dần anh cũng tập trung được và chỉ nghĩ về những ngọn sóng. Trời càng về khuya, những con sóng càng lớn dần, lớn dần.

Không phải những con sóng thật ngoài đại dương đang lớn dần. Nhưng giờ đây những con sóng trong trí tưởng tượng của anh và những con sóng thật ngoài kia đã là một. Anh không còn phân biệt được đâu là mơ, đâu là hiện thực. Một lần nữa, anh trở lại là một đứa trẻ, bởi chỉ trẻ con mới có khả năng đặc biệt đó.

Buổi sáng thức dậy, trẻ con có thể khóc ngon lành vì không có trên tay món đồ chơi mà nó đã có trong giấc mơ – "Đồ chơi của con đâu?". Và khi bạn khăng khăng giải thích đó chỉ là mơ, nó sẽ bảo: "Con không biết, đồ chơi của con đâu?".

Chỉ những người sáng tạo mới biết cách vứt bỏ sự nhàm chán và không biết chán chút nào. Họ luôn rung động, say mê và thường xuyên sống trong trạng thái phiêu lưu.

Đứa trẻ không phân biệt được giữa mộng và thực. Nó không hề biết đến sự khác biệt đó. Nó xem tất cả đều là thực.

Khi bạn mở lòng mình ra để đón nhận, để cảm thụ, bạn sẽ hồn nhiên và giàu tưởng tượng như một đứa trẻ.

Giờ đây, những con sóng ấy:

… càng lớn dần, lớn dần. Chúng cuốn phăng những bông hoa trong bình trước tượng Phật, rồi cả những chiếc bình. Ngay đến tượng Phật bằng đồng cũng bị sóng cuốn đi.

"Trước hết con hãy đón nhận, cảm thụ, và rồi con sẽ trở nên sáng tạo".Một khi cái tôi đã được gạt bỏ, bạn sẽ linh hoạt hơn, những gì bạn tưởng tượng đều sẽ biến thành hiện thực.

Cảnh tượng đó quá đẹp! Thật không dễ cho một Phật tử tưởng tượng ra cảnh bức tượng Phật bị cuốn đi. Nếu quá sùng đạo, sẽ có lúc anh ta phải cắt đứt mạch tưởng tượng của mình. Anh ta sẽ thốt lên: "Đủ rồi! Phật mà bị cuốn đi sao? Mình đang làm gì thế này? Không, mình không làm con sóng nữa!". Có thể anh, con sóng đang cuộn tràn, sẽ dừng lại ngay dưới chân tượng, cùng lắm là chạm vào chân tượng chứ không dám đi xa hơn. Nhưng bạn hãy nhớ rằng, một ngày nào đó, ngay cả bàn chân đã từng giúp bạn rất nhiều trên đường đời cũng phải ra đi. Phật cũng phải bị cuốn đi. Cánh cửa có thể sẽ trở thành vật cản nếu bạn cứ bám lấy nó.

… lớn dần, lớn dần… Chúng cuốn phăng những bông hoa trong bình trước tượng Phật, rồi cả những chiếc bình. Ngay đến tượng Phật bằng đồng cũng bị sóng cuốn đi. Đến bình minh thì toàn bộ ngôi chùa đã bị con sóng san bằng…

Sự việc này không xảy ra trong thực tế nhưng lại diễn ra bên trong O-Nami, trong một chiều hoàn toàn khác – chiều của thơ ca, tưởng tượng và mơ mộng. Nhờ lắng nghe tiếng sóng, nhờ biết đón nhận, anh đã mở được cánh cửa cho khả năng tưởng tượng của mình. Trí tưởng tượng của anh đã bùng nở như một đóa sen với nghìn lẻ một cánh.

Đến bình minh thì toàn bộ ngôi chùa đã bị con sóng san bằng, còn O-Nami vẫn ngồi đó với nụ cười an lạc trên môi.

Anh đã giác ngộ! Ngày trước Đức Phật cũng nở nụ cười như thế dưới gốc cây bồ đề. Đột nhiên O-Nami không còn tồn tại nữa, và nụ cười đó cho thấy anh đã trở về nhà. Đó là nụ cười của một người đã đến nơi, nụ cười của một người không còn phải lang thang tìm kiếm. Đó là nụ cười của một người đã tìm thấy cội nguồn, nụ cười của người đã chết và được tái sinh.

O-Nami vẫn ngồi đó với nụ cười an lạc trên môi.

Hôm đó, anh đã tham gia một cuộc thi đô vật và chiến thắng mọi trận đấu. Kể từ ngày ấy, trên khắp nước Nhật, không còn ai đủ sức đánh bại anh nữa.

Giờ đây, đó không còn là năng lượng của anh. Chàng trai ấy không còn là O-Nami, Sóng Lớn, mà đã trở thành đại dương. Làm sao bạn có thể đánh bại đại dương? Bạn chỉ có thể đánh bại được những con sóng mà thôi.

Chừng nào còn mang cái tôi, bạn vẫn còn nếm mùi thất bại, yếu đuối. Hãy gạt bỏ bản ngã, khi đó nguồn sức mạnh vô hạn sẽ bắt đầu tuôn chảy vào bạn. Nhờ gạt bỏ bản ngã, bạn sẽ trở thành dòng sông cuồn cuộn tuôn trào – bạn thật sự được sống.

Mọi sự sống đều thuộc về Toàn thể. Nếu bạn cố tìm cách sống riêng một mình thì thật là ngu xuẩn. Như vậy chẳng khác nào cái lá trên cây tìm cách sống riêng lẻ; không chỉ có thế, nó còn tìm cách chống lại cái cây, chống lại những chiếc lá khác, chống lại bộ rễ và nghĩ rằng tất cả đều là kẻ thù của mình. Chúng ta chỉ là những chiếc lá nhỏ trên Cây đời vĩ đại có tên là Thượng đế, Toàn thể, hay bất cứ tên gọi nào mà bạn thích. Bạn không cần phải chiến đấu. Cách duy nhất để về nhà, về với Cội nguồn là trao gửi.

2
CHỦ NGHĨA CẦU TOÀN

Ngày xưa có một nhà điêu khắc vĩ đại. Tài năng nghệ thuật của ông hoàn hảo đến mức khi ông tạc một bức tượng, ta khó mà phân biệt được đâu là người thật và đâu là tượng. Cả hai giống nhau như đúc và hết sức sống động.

Một hôm, nhà chiêm tinh nọ báo rằng ông sắp chết đến nơi. Dĩ nhiên là nhà điêu khắc rất lo sợ và như bao người khác, ông cũng muốn né tránh cái chết. Ông ta nghĩ suốt về điều đó, và rồi đã tìm ra được giải pháp. Ông tạc mười một bức tượng giống hệt mình. Khi Thần Chết đến, ông đứng lẫn vào giữa những bức tượng và nín thở.

Thần Chết phân vân, không tin vào mắt mình. Chuyện này quả là chưa bao giờ xảy ra, thật khác thường! Thượng đế có khi nào tạo ra hai con người giống nhau như đúc đâu, bao giờ Người cũng tạo ra cái duy nhất. Người chưa từng đi theo lối mòn, lại càng không chuộng kiểu sản xuất hàng loạt. Người tuyệt đối chống lại sự rập khuôn và chỉ tạo ra nguyên bản. Thế thì điều gì đã xảy ra? Mười hai con người giống nhau như đúc. Phải đem ai đi bây giờ? Vì chỉ được đem một người đi mà thôi…

Thần Chết không sao quyết định được. Phân vân, bối rối và bực bội, cuối cùng ông bèn quay về hỏi: “Người đã làm gì vậy, thưa Thượng đế? Có đến mười hai con người giống hệt nhau trong khi tôi chỉ được chọn một. Tôi biết phải làm thế nào bây giờ?”.

Thượng đế cười lớn. Người gọi Thần Chết đến gần và thì thầm bí quyết tìm ra cái thực giữa những cái không thực vào tai ông, rồi bảo: “Ngươi hãy đi đi, và khi đến nơi mà nhà điêu khắc kia đang ẩn nấp, hãy nói ra điều đó”.

Thần Chết vẫn hoài nghi: "Nhưng nó có tác dụng thế nào?".

Thượng đế trấn an: "Đừng lo, cứ đi và làm y như vậy".

Thần Chết rời đi, lòng vẫn bán tín bán nghi nhưng vì là lệnh của Thượng đế nên ông ta phải làm theo. Ông bước vào gian phòng, nhìn quanh và nói bâng quơ: "Thưa ngài điêu khắc gia, mọi thứ ở đây rất hoàn hảo. Ngài đã làm rất tốt nhưng vẫn còn một điểm thiếu sót".

Quên mất mình đang ẩn nấp, người đàn ông liền nhảy ra hỏi: "Lỗi gì kia chứ?".

Thần Chết cười lớn: "Ngươi đã bị bắt! Lỗi đó chính là: ngươi không thể quên được bản ngã của mình. Nào, hãy theo ta".

Nghệ sĩ thường có cái tôi rất lớn. Nếu thế thì anh ta không phải là nghệ sĩ đích thực. Anh ta chỉ dùng nghệ thuật để làm phương tiện thỏa mãn cái tôi của mình. Nghệ sĩ rất coi trọng cái tôi cá nhân, thường xuyên ba hoa về bản thân và không ngừng tranh cãi, đấu đá lẫn nhau. Ai cũng nghĩ mình là người đầu tiên hoặc là người sau cùng. Nhưng đó không phải là nghệ thuật đích thực.

Người nghệ sĩ thực thụ phải hoàn toàn *biến mất*. Còn kiểu nghệ sĩ "nửa mùa" thì chỉ được xem là… thợ diễn. Phải, tôi không gọi họ là nghệ sĩ mà chỉ xem họ là những thợ diễn. Tôi cũng không gọi họ là những nhà sáng tạo mà chỉ xem họ là những người xếp đặt. Phải! Sắp xếp câu chữ là một chuyện, còn sáng tác thơ lại là điều hoàn toàn khác. Để soạn một bài thơ, người ta cần hiểu biết về ngôn ngữ và luật thơ. Đó là một trò chơi với ngôn từ. Nếu bạn nắm vững toàn bộ trò chơi, bạn có thể soạn ra một bài thơ. Bài thơ đó dẫu không thi vị cho lắm nhưng vẫn mang dáng dấp thơ ca. Về mặt kỹ thuật nó có thể hoàn hảo nhưng chỉ là một cái xác không hồn.

Cái hồn chỉ xuất hiện khi người nghệ sĩ mất hút trong tác phẩm của mình. Khi người họa sĩ vẽ với tâm thế mình không còn hiện diện nữa, anh ta thậm chí sẽ cảm thấy áy náy khi ký tên dưới tác phẩm vì biết rằng mình không phải là tác giả! Một thế lực ẩn danh nào đó đã làm thay và anh ta chỉ biết mình đã "được" chiếm ngự. Đó là cảm giác mà tất cả những nghệ sĩ vĩ đại của mọi thời đều trải qua: *được chiếm ngự bởi một điều gì đó.* Nghệ sĩ càng vĩ đại thì cảm nhận này càng rõ.

Những tên tuổi lừng lẫy như Mozart, Beethoven, Kalidas(***), Rabindranath Tagore(****) đều đinh ninh rằng mình chẳng là gì cả

ngoài ống tre rỗng và Hiện hữu đã qua họ mà cất tiếng hát. Họ như một cây sáo được thổi vang, nhưng tiếng nhạc đó không phải do họ sáng tác. Kiệt tác ấy tuôn chảy qua họ và tới từ một nguồn nào đó không ai biết. Tất cả những gì họ làm là không cản trở mà để nó tuôn chảy qua mình.

(***) *Kalidas: nhà thơ, nhà viết kịch vĩ đại nhất của Ấn Độ.*

(****) *Tagore (1861 – 1941): triết gia, nhà thơ được trao giải Nobel Văn học năm 1913.*

Người sáng tạo thực thụ biết rằng mình không tạo ra cái gì cả. Chính Tạo hóa đã mượn đôi tay, thể xác anh ta để làm. Anh ta trở thành công cụ. Trong nghệ thuật đích thực, bản thân người nghệ sĩ sẽ biến mất, do vậy mà không có chỗ cho cái tôi. Theo đó nghệ thuật trở thành một tôn giáo và người nghệ sĩ trở thành nhà huyền môn.

Bóng dáng người nghệ sĩ càng ít xuất hiện trong tác phẩm của mình thì tác phẩm ấy càng hoàn hảo. Khi người nghệ sĩ hoàn toàn quên mất bản thân, sự sáng tạo sẽ là tuyệt đối. Nếu hình bóng của người nghệ sĩ quá lớn trong tác phẩm, tác phẩm đó sẽ trở nên kinh tởm. Nó chỉ là sản phẩm của cái tôi không hơn không kém.

Cái tôi là một chứng bệnh thần kinh. Cái tôi lúc nào cũng muốn được hoàn hảo. Cái tôi lúc nào cũng cầu toàn. Cái tôi lúc nào cũng muốn phải cao hơn, phải tốt hơn người khác. Tuy vậy, sự hoàn hảo chẳng bao giờ có thể đạt được qua cái tôi, nỗ lực kiểu này luôn dẫn đến thất bại. Sự hoàn hảo chỉ đến khi cái tôi không hiện diện, nhưng khi đó thì con người cũng sẽ chẳng nghĩ đến sự hoàn hảo.

Cái hồn chỉ xuất hiện khi người nghệ sĩ mất hút trong tác phẩm của mình. Một thế lực ẩn danh nào đó đã làm thay và anh ta chỉ biết mình đã "được" chiếm ngự. Đó là cảm giác mà tất cả những nghệ sĩ vĩ đại của mọi thời đều trải qua: được chiếm ngự bởi một điều gì đó. Nghệ sĩ càng vĩ đại thì cảm nhận này càng rõ.

Như vậy, người nghệ sĩ thực thụ sẽ không bao giờ nghĩ đến sự hoàn hảo. Anh ta không hề có khái niệm nào về sự hoàn hảo mà chỉ đơn giản là trao gửi mình, buông bỏ và bất cứ điều gì xảy ra, cứ để chúng xảy ra. Người nghệ sĩ thực thụ chắc chắn sẽ nghĩ đến sự tận hiến chứ không hề nghĩ đến sự hoàn hảo. Anh ta muốn được hoàn toàn chìm đắm trong tác phẩm – chỉ có như vậy thôi. Khi múa, anh ta muốn hòa tan vào vũ điệu. Anh ta không muốn *mình* tồn tại nữa bởi sự hiện diện của vũ công sẽ phá hỏng nét duyên

dáng, uyển chuyển, liền lạc của vũ điệu. Khi vũ công không còn, mọi vật cản cũng biến mất và dòng chảy sẽ tuôn trôi êm đềm.

Người nghệ sĩ đích thực chắc chắn sẽ nghĩ đến việc tận hiến – làm thế nào để tận hiến trọn vẹn – chứ không bao giờ nghĩ đến sự hoàn hảo. Và cái hay là ở chỗ, những ai cống hiến trọn vẹn đương nhiên sẽ trở nên hoàn hảo. Những ai chỉ nghĩ đến sự hoàn hảo sẽ không bao giờ hoàn hảo, cũng như cống hiến hết mình. Ngược lại, càng nghĩ đến sự hoàn hảo thì họ càng quẫn trí. Lúc nào họ cũng có những hình ảnh lý tưởng trong đầu để so sánh, rồi thấy rằng mình còn thua kém!

Bóng dáng người nghệ sĩ càng ít xuất hiện trong tác phẩm của mình thì tác phẩm ấy càng hoàn hảo. Khi người nghệ sĩ hoàn toàn quên mất bản thân, sự sáng tạo sẽ là tuyệt đối.

Nếu bạn có một ý tưởng nào đó, bạn sẽ luôn cảm thấy mình chưa hoàn hảo trừ khi ý tưởng ấy được thực thi. Chẳng hạn như, nếu bạn nghĩ bạn phải trở thành một vũ công như Nijinsky(*****) thì làm sao bạn có thể cống hiến trọn vẹn cho vũ điệu? Lúc nào bạn cũng tìm kiếm, quan sát bản thân, cố gắng cải thiện và sợ phạm sai lầm. Thế là bạn như bị phân đôi, một nửa thì khiêu vũ, còn nửa kia thì luôn đánh giá, chỉ trích và lên án. Bản thân bạn không còn nguyên vẹn nữa, bạn đã bị phân mảnh.

(*****) *Vaslav Nijinsky là một trong những nam vũ công ba lê tài năng nhất lịch sử.*

Nijinsky hoàn hảo vì anh đã hoàn toàn tận hiến. Anh thường tung mình thể hiện những động tác rất ngoạn mục khiến mọi người không thể tin vào mắt mình, ngay cả những nhà khoa học cũng không hiểu nổi bởi chúng dường như đi ngược lại luật hấp dẫn của Trái đất – một điều không thể nào xảy ra! Và khi tiếp đất trở lại, anh cũng đáp nhẹ như một sợi lông hồng…

Mọi người đã nhiều lần hỏi anh về điều này. Mọi người càng hỏi thì anh càng ý thức về điều đó, thế là khả năng này dần bị mai một, rồi bỗng dưng mất hẳn. Nguyên do là anh đã đánh mất tính tận hiến khi thực hiện vũ điệu. Bản thân anh cũng hiểu được vì sao mình không còn khả năng thực hiện những cú tung mình ngoạn mục nữa. Phút thăng hoa xuất thần ấy chỉ diễn ra khi Nijinsky hoàn toàn hóa thân vào vũ điệu. Trong trạng thái thư giãn hoàn toàn, trong trạng thái buông bỏ trọn vẹn, con người như được sống trong một thế giới khác hẳn, tuân theo những luật lệ khác hẳn.

Có một định luật mà chẳng sớm thì muộn khoa học cũng sẽ khám phá ra. Tôi gọi đó là luật của sự Đê mê. Cũng như ba trăm năm trước mọi người hãy còn chưa biết đến luật Vạn vật Hấp dẫn thì định luật này vẫn tồn tại, bởi một định luật không cần phải được biết đến mới có thể tồn tại trong cuộc sống. Định luật đó lúc nào cũng tồn tại và không liên quan gì đến Newton hay trái táo rơi. Trước lúc Newton ra đời thì táo vẫn rụng đấy thôi! Chẳng phải nhờ Newton phát hiện ra định luật này mà táo mới bắt đầu rụng. Định luật đã có từ trước và Newton chỉ là người phát hiện ra nó.

Bạn bước trên mặt đất nhưng lại có cảm giác chân không chạm đất mà như đang lơ lửng trên không. Đó là những lúc bạn đang vui sướng, đang cầu nguyện, đang thiền định, đang yêu hay hân hoan chào đón một điều gì đó… khi ấy bạn cảm thấy mình nhẹ bổng, thăng hoa và phi trọng lượng.

Tương tự như thế, một định luật khác cũng đã và đang tồn tại, luật của sự Đê mê. Nếu như lực hấp dẫn kéo mọi vật xuống đất thì lực của sự Đê mê sẽ nâng tất cả lên. Trong thiền yoga, người ta gọi đó là sự bay bổng, xuất thần hay thăng hoa. Trong trạng thái ngất ngây trước những điều thiêng liêng, trong trạng thái vô ngã, trao gửi hoàn toàn, định luật này bắt đầu vận hành.

Cái tôi cũng giống như tảng đá trì kéo bạn vậy. Khi cái tôi không còn, bạn sẽ trở nên… phi trọng lượng. Bạn bước trên mặt đất nhưng lại có cảm giác chân không chạm đất mà như đang lơ lửng trên không. Đó là những lúc bạn đang vui sướng, đang cầu nguyện, đang thiền định, đang yêu hay đang hân hoan chào đón một điều gì đó… khi ấy bạn cảm thấy mình nhẹ bổng, thăng hoa và phi trọng lượng.

3
TRÍ TUỆ

Tâm trí hiện tại là một thuật ngữ mâu thuẫn ngay trong chính bản thân nó. Bởi tâm trí không bao giờ thuộc về hiện tại, mà lúc nào nó cũng già cỗi. Tâm trí thuộc về quá khứ và chỉ mang theo quá khứ. Tâm trí chứa đựng ký ức nên không thể có tâm trí hiện tại.

Nếu bạn hiện hữu ở đây và bây giờ, vậy thì bạn thuộc về hiện tại. Nhưng khi đó tâm trí bạn đã biến mất! Trong đầu bạn không có lấy một chút suy nghĩ, khát khao nào. Bạn mất hẳn mối dây liên hệ với quá khứ lẫn tương lai.

Tâm trí không bao giờ trinh nguyên, không thể được! Không có tâm trí nào còn trinh nguyên, tươi mới và trẻ trung. Tâm trí lúc nào cũng già cỗi, mục ruỗng và cũ rích.

Tâm trí thuộc về quá khứ và chỉ mang theo quá khứ. Tâm trí chứa đựng ký ức nên không thể có tâm trí hiện tại.

Thế nhưng cụm từ trên vẫn được dùng và dùng với một ý nghĩa hoàn toàn khác. Và theo cách dùng đó thì cụm từ này lại có ý nghĩa. Đó là khi nói đến sự khác biệt giữa tâm trí của thế kỷ 19 so với tâm trí đương thời, những câu hỏi xưa kia từng được đặt ra thì ngày nay chúng ta không còn hỏi nữa. Những câu hỏi từng rất quan trọng ở thế kỷ 18 giờ đây lại trở thành những câu hỏi ngớ ngẩn. Ví dụ như thời Trung Cổ, một trong những câu hỏi hóc búa nhất là "Bao nhiêu thiên thần có thể nhảy múa trên đầu kim?". Ngày nay làm gì còn người ngu nào xem đó là câu hỏi quan trọng kia chứ? Và đề tài này đã được những nhà thần học vĩ đại nhất bàn thảo, cũng như rất nhiều giáo sư vĩ đại viết chuyên luận về nó – mà họ đâu phải là những con người tầm thường. Biết bao cuộc hội đàm đã được tổ chức vì nó. Nhưng ngày nay thì mấy ai thèm quan tâm! Thật là vớ vẩn!

Vào thời Đức Phật, người ta đã từng hỏi: "Ai đã tạo ra thế giới này?". Câu hỏi đó vẫn được đặt ra suốt nhiều thế kỷ qua nhưng ngày nay rất ít người quan tâm. Phải, tuy vẫn còn những con người "cổ lỗ sĩ" nhưng hiếm có ai hỏi tôi câu hỏi như vậy. Nhưng thời đó, Đức Phật đã phải đương đầu với nó hàng ngày, không ngày nào mà Ngài không nhận được câu hỏi "Ai đã tạo ra thế giới này?". Đức Phật đã phải lặp đi lặp lại mãi rằng thế giới đã có sẵn từ lâu rồi và chẳng ai tạo ra nó, nhưng không ai thỏa mãn với câu trả lời ấy. Ngày nay thì chẳng còn ai quan tâm đến câu hỏi đó nữa. Rất hiếm người hỏi tôi: "Ai đã tạo ra thế giới này?". Chính vì vậy mà có thể nói rằng tâm trí luôn thay đổi theo thời gian, giống như thời trang vậy. Và hiểu theo cách đó thì tâm trí hiện tại, hay tâm trí đương thời, là một cụm từ có nghĩa.

Về cơ bản thì mọi tâm trí đều già nua, cũ kỹ. Không thể có tâm trí hiện đại, vì ngay cả tâm trí hiện đại nhất cũng vẫn bị nhuốm màu quá khứ.

Người thực sự sống là người thuộc về hiện tại. Anh ta không sống trong quá khứ mà cũng chẳng sống cho tương lai, anh ta chỉ sống cho giây phút hiện tại. Anh ta sống hết sức tự nhiên, không hề bị gò bó; và sự ngẫu nhiên đó chính là hương thơm của vô trí. Tâm trí thì luôn lặp lại, lúc nào nó cũng chuyển động theo vòng tròn. Tâm trí hoạt động như một cỗ máy… nghĩa là có tính "máy móc", bạn nuôi dưỡng nó bằng kiến thức và nó cứ nhai đi nhai lại cùng một thứ kiến thức.

Người thực sự sống là người thuộc về hiện tại. Anh ta không sống trong quá khứ mà cũng chẳng sống cho tương lai, anh ta chỉ sống cho giây phút hiện tại.

Vô trí là sáng tỏ, thuần khiết và hồn nhiên. Vô trí là cách đích thực để sống, để thấu hiểu và để tồn tại.

Trí tuệ là cái gì đó giả tạo, cái gì đó không thật. Nó chỉ là phiên bản thay thế cho trí thông minh. Thông minh là một hiện tượng hoàn toàn khác, là cái có thực.

Để nuôi dưỡng trí thông minh, ta cần hết sức dũng cảm và thích phiêu lưu. Thông minh đòi hỏi bạn phải không ngừng dấn bước vào những vùng đất chưa biết, những vùng biển chưa hề có tên trên bản đồ. Con người thường hay sợ và cảm thấy không an toàn trước những điều chưa biết. Họ không muốn vượt xa những gì vốn quá quen thuộc, chính vì vậy họ đã tạo ra một phiên bản giả tạo để thay thế cho sự thông minh, đó chính là trí tuệ.

Trí tuệ chỉ là một trò chơi của trí não và không thể nào sáng tạo được.

Bạn có thể đến các trường đại học và xem những công việc sáng tạo đang diễn ra ở đấy. Hàng ngàn chuyên luận đang được viết, cùng rất nhiều bằng cấp đang được cấp cho mọi người. Chẳng ai biết được "số phận" của những luận án đó – chúng cứ tích ứ thành đống như những đống rác trong thư viện. Chẳng ai thèm đọc và chúng cũng chẳng truyền được cảm hứng cho ai. Phải, vẫn có một vài người đọc – là những người sắp sửa viết những bài luận án khác. Những tiến sĩ tương lai tất nhiên sẽ đọc chúng.

Nhưng các trường đại học không tạo ra những Shakespeare, Milton(******), Dostoevsky(*******), Tolstoy, Rabindranath Tagore hay Kahlil Gibran(********). Các trường đại học chỉ tạo ra những đống rác rưởi vô dụng. Hoạt động trí tuệ vẫn đang tiếp diễn ở những nơi này.

(******) *John Milton (1608 – 1674): nhà thơ, soạn giả, nhà bình luận văn học người Anh.*

(*******) *Fyodor Mikhailovich Dostoevsky (1821 – 1881): nhà văn nổi tiếng người Nga. Cùng với Lev Tolstoy, Dostoevsky được xem là một trong hai nhà văn Nga vĩ đại thế kỷ 19.*

(********) *Kahlil Gibran: tiểu thuyết gia, họa sĩ, thi sĩ tâm linh người Li-băng.*

Con người thường hay sợ và cảm thấy không an toàn trước những điều chưa biết. Họ không muốn vượt xa những gì vốn quá quen thuộc, chính vì vậy họ đã tạo ra một phiên bản giả tạo để thay thế cho sự thông minh, đó chính là trí tuệ.

Trí tuệ chỉ là một trò chơi của trí não và không thể nào sáng tạo được.

Trong khi đó, chính sự thông minh đã sản sinh ra Picasso, Van Gogh, Mozart, Beethoven… bởi thông minh là một chiều hướng hoàn toàn khác, chẳng liên quan gì đến cái đầu mà chỉ liên quan đến trái tim. Trí tuệ thuộc về cái đầu, trong khi thông minh là trạng thái thức giấc của trái tim. Khi trái tim bạn thức tỉnh, khi trái tim bạn nhảy múa với lòng biết ơn sâu sắc, khi trái tim bạn hòa nhịp cùng sự tồn tại thì từ sự hài hòa đó sẽ sản sinh sự sáng tạo.

Trí tuệ chỉ tạo ra rác rưởi, chỉ có thể sản xuất chứ không hề sáng tạo. Thế thì đâu là sự khác biệt giữa sản xuất và sáng tạo? Sản xuất

là một hoạt động mang tính máy móc. Máy tính có thể làm được điều đó, thậm chí còn làm hiệu quả hơn cả con người. Sản xuất là một hoạt động lặp đi lặp lại, cứ dựa trên những gì đã làm mà làm tới làm lui. Trong khi đó sáng tạo nghĩa là thổi một luồng gió mới vào cái đang tồn tại, là tìm cách để đưa cái chưa biết hòa vào cái đã biết, là mở lối để đưa bầu trời đến với trái đất.

Khi có Beethoven, Michelangelo hay Kalidas, bầu trời như mở ra và cơn mưa hoa trút xuống. Ở đây tôi không nói đến Đức Phật, Chúa Jesus, Thần Krishna, Mahavir, hay Tiên tri Mohammed vì những gì họ sáng tạo ra đều tinh tế đến mức bạn không thể nắm bắt được. Cái mà Michelangelo và Van Gogh tạo ra đều có thể nhìn thấy, trong khi cái mà Đức Phật tạo ra lại tuyệt đối vô hình và bạn cần có cách cảm thụ hoàn toàn khác mới có thể hiểu được. Để hiểu được lời dạy phi phàm của Đức Phật, bạn cần phải thông minh, chứ trí tuệ sẽ không giúp ích gì trong việc thấu hiểu.

Chỉ có hai loại người là sáng tạo, đó là nghệ sĩ và nhà huyền môn. Nghệ sĩ sáng tạo trong thế giới thô; còn nhà huyền môn thì sáng tạo trong thế giới tinh. Nghệ sĩ sáng tạo trong thế giới bên ngoài, họ làm ra những bức vẽ, bài thơ, bài hát, âm nhạc, vũ điệu; còn nhà huyền môn sáng tạo trong thế giới nội tâm. Sáng tạo của nghệ sĩ mang tính khách quan, dựa trên sự quan sát; còn sáng tạo của nhà huyền môn mang tính chủ quan, hoàn toàn xuất phát từ suy nghiệm nội tâm. Trước hết hãy hiểu thêm về các nghệ sĩ, để rồi một ngày nào đó, hy vọng bạn cũng sẽ hiểu được nhà huyền môn. Nhà huyền môn là loài hoa cao quý nhất trong khu vườn sáng tạo. Nhưng bạn lại không nhận ra được những điều mà nhà huyền môn đang làm.

Sáng tạo nghĩa là thổi một luồng gió mới vào cái đang tồn tại, là tìm cách để đưa cái chưa biết hòa vào cái đã biết, là mở lối để đưa bầu trời đến với trái đất.

Đức Phật chưa bao giờ vẽ tranh, Ngài chưa từng cầm cọ cũng như chưa từng sáng tác thơ hay hát bài hát nào. Cũng chẳng ai trông thấy Ngài nhảy múa, Ngài chỉ ngồi tĩnh tọa. Ấy vậy mà quanh Ngài vẫn toát ra vẻ đẹp phi phàm, vẻ đẹp thanh tao và bạn cần phải hết sức nhạy cảm, tinh tế mới cảm nhận được điều đó. Bạn phải hết sức cởi mở và không tranh cãi. Bạn không thể chỉ ngồi đó chiêm ngắm Đức Phật mà phải hòa cùng. Khi đó bạn sẽ nhìn thấy được cái mà Ngài đang sáng tạo. Ngài sáng tạo ra ý thức – một dạng thức biểu đạt thuần khiết nhất, cao quý nhất.

Một bản nhạc hay, một vũ điệu đẹp là nhờ có tính thiêng liêng,

thánh thiện trong đó. Trong Đức Phật, trong Mahavir… có sự hiện diện của Thượng đế, Đấng Toàn thể.

Hoạt động trí tuệ có thể giúp bạn trở thành chuyên gia về lĩnh vực nào đó. Nhưng trí tuệ chỉ dò dẫm trong bóng tối. Nó không có mắt bởi chưa được khai ngộ nhờ thiền định, hay trầm tư mặc tưởng. Trí tuệ là một hình thức vay mượn vì nó không có sự sáng suốt riêng.

Suốt nhiều tuần lễ, Arthur đã trả lời suôn sẻ tất cả những câu hỏi liên quan đến chủ đề làm tình trong một cuộc thi đố trên truyền hình. Giờ đây anh đã đáp ứng đủ điều kiện để tham gia trả lời câu hỏi lớn với trị giá giải thưởng lên đến một trăm nghìn đô-la. Với câu hỏi này, anh được phép nhờ một chuyên gia trợ giúp. Và dĩ nhiên Arthur đã chọn một chuyên gia người Pháp nổi tiếng thế giới về tình dục học.

Câu hỏi được nêu ra là: "Nếu bạn được làm vua trong năm mươi năm đầu của triều đại Assyria(********), bạn sẽ phải hôn vào ba bộ phận nào của xác ướp cô dâu trong đêm tân hôn?".

(********) *Assyria là vương quốc của người Akkad, bắt đầu tồn tại như một nhà nước từ cuối thế kỷ 25 hoặc đầu thế kỷ 24 cho đến năm 608 (trước Công nguyên) với trung tâm ở thượng nguồn sông Tigris, phía bắc Lưỡng Hà (nay là miền bắc Iraq).*

Thật không khó để trả lời hai bộ phận đầu tiên. Arthur đáp nhanh: "Môi và cổ cô ấy".

Nhưng đến bộ phận thứ ba thì Arthur bị bí. Anh bèn quay sang nhờ vị chuyên gia của mình giúp. Vị này giơ hai tay đầu hàng và nói với giọng thiểu não: "Anh bạn ơi, đừng hỏi tôi. Tôi đã sai hai lần rồi".

Thế đấy, vị chuyên gia này, một con người đầy kiến thức nhưng lại không có sự hiểu biết thấu suốt. Ông ta chỉ dựa vào kiến thức vay mượn, vào truyền thống và quy ước. Trong đầu ông là cả một cái thư viện di động, một gánh nặng to lớn nhưng lại không có tầm nhìn sâu rộng. Ông ta biết nhiều mà chẳng hiểu bao nhiêu.

Bởi vì cuộc sống thay đổi từng giờ từng phút nên vị chuyên gia kia lúc nào cũng bị bỏ rơi lại phía sau, câu trả lời của ông ta lúc nào cũng không thỏa đáng. Ông ta chỉ phản ứng chứ không thể đáp ứng một cách tương thích. Trong ông lúc nào cũng có sẵn câu kết luận… mẫu. Ông luôn chuẩn bị sẵn câu trả lời, song những câu hỏi mà cuộc sống nêu ra thì bao giờ cũng mới.

Hơn nữa, cuộc sống không phải là một hiện tượng đầy tính lô-gic, vì vậy ông không bao giờ tương thích được với cuộc sống. Và dĩ nhiên cuộc sống không hề lúng túng, chỉ có con người trí tuệ kia lúng túng mà thôi. Lúc nào ông cũng cảm thấy mình như là người ngoài cuộc, đó không phải là vì cuộc sống đã xua đuổi ông mà do ông đã quyết định sống bên lề cuộc đời. Nếu bạn bám víu quá nhiều vào lô-gic, bạn sẽ không thể trở thành một phần của tiến trình cuộc sống.

Cuộc sống không chỉ có lô-gic mà còn hơn thế nữa. Cuộc sống chứa đầy những điều nghịch lý và bí ẩn.

Nếu bạn bám víu quá nhiều vào lô-gíc, bạn sẽ không thể trở thành một phần của tiến trình cuộc sống.

Cuộc sống không chỉ có lô-gíc mà còn hơn thế nữa. Cuộc sống chứa đầy những điều nghịch lý và bí ẩn.

Gannaway và O'Casey dàn xếp một cuộc đọ súng tay đôi. Gannaway khá mập và khi trông thấy đối thủ còm nhom của mình, anh ta đã phản đối:

- Không được! Tôi to gấp đôi anh ta, do đó tôi phải đứng xa gấp đôi khoảng cách.

Nghe thật là lô-gic đúng không? Nhưng làm thế nào bạn làm được điều đó đây?

- Thôi được. – Gannaway liền bảo. – Tôi sẽ chỉnh lại mọi thứ ngay.

Rồi anh lấy từ trong túi ra một mẩu phấn và vẽ hai đường thẳng xuôi theo chiếc áo khoác ngoại cỡ của mình, có chừa một khoảng chính giữa.

- Nào, – anh quay sang nói với O'Casey, – bắn đi, và nhớ là phát nào ra ngoài đường phấn đều không tính nhé.

Thật là hoàn hảo về mặt toán học và lô-gic, nhưng cuộc đời đâu có lô-gic đến thế, cũng như cuộc đời có bao giờ đóng khung theo công thức toán đâu. Ấy vậy mà con người vẫn cứ tiếp tục sống bằng trí tuệ một cách hết sức máy móc. Lô-gic cho họ cảm giác như thể họ đã biết, nhưng đó chỉ là một cái "như thể" to tướng và người ta thường có xu hướng quên mất điều đó. Bất luận bạn có làm điều gì dựa trên trí tuệ thì đó cũng chỉ là sự suy luận, bịa đặt chứ không phải là trải nghiệm thật sự.

Một hôm, sau khi đã uống say bét nhè, Cudahy đứng nhìn mọi người diễu hành nhân ngày lễ thánh Patrick. Vô tình, anh vứt mẩu thuốc lá đang cháy dở xuống chiếc nệm cũ bên lề đường.

Vừa lúc đó, những thành viên đầu đã điểm hoa râm của Đội Nữ Y tá oai vệ bước tới. Và tấm nệm cháy âm ỉ bắt đầu tỏa ra một thứ mùi kinh khủng.

Cudahy khịt khịt mũi đôi lần rồi bảo với người cảnh sát đứng gần đó: "Thưa ông, những nữ y tá kia diễu hành quá nhanh!".

Trí tuệ có thể đạt đến một mức suy luận nào đó nhưng chỉ là hiện tượng vô thức. Bạn hành xử gần như đang ngủ mê, trong khi thông minh nghĩa là thức tỉnh. Chừng nào bạn còn chưa hoàn toàn thức tỉnh thì những quyết định bạn đưa ra đều sẽ vấp phải sai lầm.

Để đưa sự thông minh vào trong hoạt động, bạn không cần thêm thông tin mà chỉ cần thiền định nhiều hơn. Bạn cần tĩnh lặng nhiều hơn và suy nghĩ ít đi. Bạn cần bớt sử dụng cái đầu và thay vào đó hãy dùng đến trái tim nhiều hơn. Bạn cần nhận ra điều kỳ diệu ở quanh mình – điều kỳ diệu từ cuộc sống, từ Thượng đế; điều kỳ diệu ẩn chứa ở màu xanh của cây cối, màu đỏ của những bông hoa; điều kỳ diệu lấp lánh trong ánh mắt người. Điều kỳ diệu đang diễn ra ở khắp nơi! Vạn vật đều thấm đẫm điều kỳ diệu! Tuy nhiên lý trí đã khiến bạn tự nhốt mình từ bên trong, bám vào những kết luận ngu xuẩn mà bạn đã tạo ra do thiếu hiểu biết về bản thân hoặc do người khác truyền dạy.

Để đưa sự thông minh vào trong hoạt động, bạn không cần thêm thông tin mà chỉ cần thiền định nhiều hơn. Bạn cần tĩnh lặng nhiều hơn và suy nghĩ ít đi. Bạn cần bớt sử dụng cái đầu và thay vào đó hãy dùng đến trái tim nhiều hơn.

Trong thông minh chắc chắn đã hàm chứa sự sáng tạo, bởi thông minh sẽ khiến bạn phải cống hiến trọn vẹn bản thân cho hoạt động – chứ không chỉ với cái đầu thôi. Thông minh lan tỏa khắp toàn thể con người bạn. Từng tế bào, từng thớ thịt trong cơ thể bạn đều nhảy múa và hòa nhịp cùng Toàn thể.

Sáng tạo là hòa nhịp tuyệt đối với Toàn thể. Rồi mọi sự sẽ diễn ra theo cách của riêng nó. Trái tim bạn sẽ cất lên tiếng ca vui, bàn tay bạn sẽ biến đổi vạn vật. Khi bạn chạm vào bùn, bùn sẽ hóa thành hoa sen – bạn chẳng khác gì nhà giả kim! Nhưng điều đó chỉ có thể xảy ra khi sự thông minh trong bạn được đánh thức toàn diện,

cũng như trái tim bạn hoàn toàn thức giấc.

4
NIỀM TIN

Trong thực tế, một con người sáng tạo thật sự sẽ không có mấy niềm tin, thậm chí là không có lấy một niềm tin nào. Anh ta chỉ mang theo những trải nghiệm sống mà thôi. Và cái đẹp của trải nghiệm nằm ở chỗ nó luôn luôn mở, lúc nào cũng có thể khám phá. Trong khi đó, niềm tin thì luôn khép chặt và đã hoàn chỉnh. Trải nghiệm không bao giờ là kết thúc, nó vẫn để ngỏ để bạn có thể thêm vào những trải nghiệm mới. Bởi làm sao bạn có thể kết thúc trải nghiệm khi mình vẫn còn đang sống? Trải nghiệm không ngừng dày lên, thay đổi và dịch chuyển. Nó liên tục dịch chuyển từ cái đã biết sang cái chưa biết, và từ cái chưa biết đến cái không thể biết được. Hãy nhớ rằng, cái hay cái đẹp của trải nghiệm là ở chỗ nó vẫn chưa kết thúc. Trong cái dang dở luôn ẩn chứa vẻ đẹp riêng.

Có lần tôi được nghe câu chuyện ngụ ngôn sau:

Một vì vua nọ đến gặp thiền sư để học cách làm vườn. Thiền sư đã chỉ dạy cho nhà vua trong ba năm trời. Kết quả là nhà vua có được một khu vườn rộng lớn, đẹp đẽ với hàng ngàn người làm vườn và ngài đã tự mình trải nghiệm những điều thiền sư dạy trong chính khu vườn này.

Sau ba năm, khu vườn đã trở nên hoàn hảo và nhà vua cho mời vị thiền sư nọ đến ngắm. Bản thân nhà vua cũng hồi hộp không kém, bởi vị thiền sư này rất nghiêm khắc: "Liệu ông ấy có khen nó không? Liệu ông ấy có bảo 'Ngài đã hiểu ý tôi!'?" – cuộc thăm viếng chẳng khác gì một buổi đánh giá, kiểm tra.

Mọi thứ đều được chăm sóc rất cẩn thận. Khu vườn trông thật đẹp, thật hoàn hảo. Tuy nhiên, ngay từ phút đầu tiên vị thiền sư đã tỏ ra buồn bã. Ông nhìn quanh, đi lại khắp vườn và trông càng

lúc càng nghiêm trọng. Nhà vua rất lo lắng. Chưa bao giờ ngài thấy thiền sư có vẻ mặt nghiêm trọng đến thế: "Tại sao trông ông buồn bã vậy? Có gì không phải chăng?".

Vị thiền sư cứ liên tục lắc đầu và lẩm bẩm: "Không".

Nhà vua bèn hỏi: "Có chuyện gì thế, thưa thầy? Có gì sai ư? Tại sao thầy không nói cho tôi biết? Trông thầy thật nghiêm trang và buồn bã, lại lắc đầu liên tục. Tại sao thế? Có gì sai chăng? Tôi có thấy gì sai đâu? Thầy đã hướng dẫn tôi cách làm và tôi đã thực hiện đúng như vậy mà".

Vị thiền sư đáp: "Khu vườn toàn thiện toàn mỹ đến mức trông nó trơ trơ như đã chết. Chính vì thế tôi đã lắc đầu và nói 'Không'. Những chiếc lá úa đâu rồi? Cả những chiếc lá khô nữa? Tôi không thấy một mẩu lá khô nào!". Trong vườn không có lấy một chiếc lá khô, mọi lối đi đều sạch trơn và trên cây cũng không có lá khô lẫn lá ngả vàng.

Nhà vua giãi bày: "Tôi đã sai những người làm vườn dọn, nhặt hết mọi thứ để khu vườn trông thật hoàn hảo".

Vị thiền sư nói: "Chính vì thế mà khu vườn trông thật tẻ nhạt và giả tạo. Những gì Thượng đế tạo ra chẳng bao giờ là hoàn hảo". Nói rồi vị thiền sư rời đi, tìm đến nơi lá khô được vun thành đống. Ông nhặt lấy vài chiếc lá khô rồi tung chúng theo gió. Gió thổi đám lá chao bay trong không trung và nô đùa cùng chúng. Mấy chiếc lá khô bắt đầu nhảy tung tăng trên những lối mòn trong vườn.

Vị thiền sư hớn hở: "Nhìn xem, trông mới sinh động làm sao!". Khắp nơi xào xạc tiếng lá khô nghe như một bản hòa âm đặc biệt của gió và lá. Khu vườn giờ đây rộn ràng hơn, thay cho vẻ ảm đạm, lặng ngắt như tờ vào lúc đầu.

Tôi thích câu chuyện trên, nhất là khi vị thiền sư nói: "Nó quá hoàn hảo, và đó chính là điểm sai lầm".

Một người phụ nữ nọ có nói với tôi rằng cô ấy đang viết một cuốn tiểu thuyết và rất phân vân không biết phải làm gì. Câu chuyện đã tới điểm có thể kết thúc rồi nhưng vẫn còn kéo dài được nữa. Tôi bảo cô ấy hãy kết thúc khi nó còn chưa kết thúc: "Nếu nhân vật chính của cô vẫn còn muốn làm điều gì đó, hãy để anh ta tự quyết cho hành trình tiếp theo của mình. Khi đó mọi việc đã nằm ngoài khả năng của cô, cô còn làm gì được nữa! Và thế là quyển sách kết thúc ở đây trong khi câu chuyện vẫn còn đang tiếp diễn".

Câu chuyện hay là câu chuyện để lại cái kết mở. Trải nghiệm luôn còn bỏ ngỏ, nghĩa là vẫn chưa chấm dứt. Trong khi đó niềm tin thì đã hoàn chỉnh và kết thúc. Do vậy, để trải nghiệm, phẩm chất đầu tiên bạn cần có là sự cởi mở.

Tâm trí là tập hợp những niềm tin mà bạn có. Cởi mở nghĩa là đặt tâm trí sang một bên và sẵn sàng nhìn cuộc đời với cách nhìn mới mẻ. Tâm trí khiến bạn có cái nhìn cũ kỹ và luôn cho bạn ý nghĩ: "Hãy nhìn sự việc qua lăng kính này". Nhưng khi đó thì sự việc đã bị tô màu. Bạn không còn nhìn vào chính sự việc nữa mà đã áp đặt ý nghĩ của mình vào đó. Hiện thực trở thành một tấm màn để bạn phóng chiếu những ý nghĩ của mình lên.

Tâm trí là tập hợp những niềm tin mà bạn có. Cởi mở nghĩa là đặt tâm trí sang một bên và sẵn sàng nhìn cuộc đời với cách nhìn mới mẻ.

Hãy nhìn sự vật qua *vô trí*, nghĩa là chẳng thông qua "lăng kính" nào hết. Khi đó, nhận thức của bạn là đúng đắn nhất vì bạn nhìn mọi điều đúng với bản chất của nó. Chỉ có sự thật mới giải phóng bạn, còn những điều khác thì tạo ra ràng buộc.

Trong khoảnh khắc vô trí, chân lý sẽ bắt đầu tuôn tràn vào bạn chẳng khác gì ánh sáng. Bạn càng tận hưởng thứ ánh sáng chân lý đó thì bạn càng thêm can đảm và có thể gạt bỏ tâm trí của mình. Bạn sẽ sớm nhận ra mình không còn bị trói buộc bởi tâm trí. Bạn không cần phải tìm kiếm điều gì cả mà chỉ cần nhìn thôi. Và rồi cái nhìn của bạn sẽ trở nên thuần khiết. Bạn sẽ trở thành một *avalokita*, nghĩa là *người luôn nhìn với đôi mắt thuần khiết.* Đó cũng là một tên gọi khác của Đức Phật, Avalokita. Ngài nhìn mà không hề có một ý tưởng nào, chỉ nhìn mà thôi.

Sáng tạo không phải chỉ có ở một vài lĩnh vực chuyên biệt nào đó, chẳng hạn như hội họa, thơ ca, khiêu vũ hay ca hát. Mọi việc chúng ta làm đều có thể mang tính sáng tạo và bạn chính là người đem phẩm chất đó vào trong hoạt động của mình. Bản thân hoạt động không hề mang tính sáng tạo hay phi sáng tạo. Bạn có thể vẽ một cách phi sáng tạo, hát một cách phi sáng tạo. Hoặc bạn có thể lau sàn nhà một cách sáng tạo, nấu nướng một cách sáng tạo. Sáng tạo là phẩm chất bạn mang vào công việc mình đang thực hiện. Sáng tạo là một kiểu thái độ, là cách tiếp cận từ bên trong, là cách nhìn sự việc.

Hãy nhớ rằng sự sáng tạo nằm trong chính con người bạn. Với một người sáng tạo, tất cả những gì anh ta làm, cho dù chỉ là đi bộ, thì cũng trải đầy tính sáng tạo. Ngay cả ngồi im không làm gì cũng

là một hành động sáng tạo. Đức Phật đã ngồi tĩnh tọa dưới cội bồ đề, ấy vậy mà Ngài lại là người sáng tạo vĩ đại được cả thế giới biết đến.

Không phải tất cả mọi người đều có thể trở thành họa sĩ, thật ra là chẳng có nhu cầu đó. Nếu ai cũng là họa sĩ thì thế giới này sẽ rất xấu xí và khó mà sống được! Cũng như không phải ai cũng có thể trở thành vũ công, và không cần có nhiều vũ công đến vậy. Nhưng tất cả chúng ta đều có thể sáng tạo.

Sáng tạo là phẩm chất bạn mang vào công việc mình đang thực hiện. Sáng tạo là một kiểu thái độ, là cách tiếp cận từ bên trong, là cách nhìn sự việc.

Bất kể bạn làm gì, chỉ cần bạn thực hiện một cách vui vẻ, đầy yêu thương và không nhằm mục đích kinh tế thì nó sẽ có tính sáng tạo, ngay cả việc nhỏ bé cũng trở nên vĩ đại. Nếu có điều gì đó lớn lên trong bạn, giúp bạn trưởng thành thì nó mang tính tâm linh, mang tính sáng tạo. Càng sáng tạo, bạn sẽ càng tâm linh hơn, thánh thiện hơn. Các tôn giáo bảo rằng Thượng đế là Đấng Sáng tạo. Tôi không biết liệu Người có phải là Đấng Sáng tạo hay không nhưng có một điều mà tôi biết chắc đó là, bạn càng sáng tạo thì ở bạn càng toát ra nét thánh thiện. Và khi sự sáng tạo của bạn lên đến đỉnh điểm, khi cả cuộc đời bạn đều đầy tính sáng tạo, bạn sẽ sống trong Thượng đế. Cho nên chắc chắn Người là Đấng Sáng tạo, vì những con người sáng tạo đều toát ra nét thiêng liêng, thánh thiện.

Hãy yêu những gì bạn làm. Hãy giữ trạng thái thiền, hoặc giữ trải nghiệm nội tâm sâu sắc trong lúc bạn thực hiện công việc, dù đó là việc gì. Rồi bạn sẽ thấy ngay cả việc dọn dẹp cũng có thể trở thành công việc đầy sáng tạo. Làm với tình yêu thương, lòng bạn sẽ cảm thấy thật rộn ràng, hân hoan. Nếu bạn lau sàn với tình yêu như thế, bạn sẽ tạo ra một bức tranh vô hình trên nền nhà. Bạn sẽ tận hưởng khoảnh khắc ấy trong niềm vui sướng, rồi niềm vui này lại giúp bạn trưởng thành từ nội tâm. Bạn trở thành con người khác sau khi thực hiện một hành động sáng tạo.

Sáng tạo nghĩa là yêu những gì bạn làm, là tận hưởng, là đón chào nó! Có thể chẳng ai biết điều đó, bởi ai lại đi ca ngợi người đã lau sàn? Lịch sử chẳng ghi nhận, báo chí cũng chẳng nêu tên hay đăng hình bạn vì những việc làm như thế. Nhưng chẳng sao hết! Giá trị nằm ngay trong chính công việc.

Vì thế nếu bạn đang tìm kiếm danh vọng, đồng thời còn nghĩ rằng

mình là người sáng tạo thì bạn đã nhầm rồi. Thực tế là bạn chẳng hề sáng tạo, bạn chỉ là một con người đầy tham vọng. Nếu danh vọng đến thì tốt, còn không có thì cũng tốt, miễn là bạn thích thú với mọi việc mình làm.

Bất kể bạn làm gì, chỉ cần bạn thực hiện một cách vui vẻ, đầy yêu thương và không nhằm mục đích kinh tế thì nó sẽ có tính sáng tạo.

Nhưng nếu bạn tin mình không sáng tạo, bạn sẽ trở nên thiếu sáng tạo vì niềm tin không chỉ là niềm tin, nó có thể mở ra nhiều cánh cửa thì cũng có thể đóng lại nhiều cánh cửa. Niềm tin rằng bạn thiếu sáng tạo sẽ trở thành một trở ngại, liên tục phủ nhận mọi khả năng có thể xảy ra. Nó sẽ không để cho nguồn năng lượng bên trong bạn tuôn chảy.

Chúng ta đã được dạy rằng không phải ai cũng sáng tạo và rất hiếm những con người thật sự sáng tạo, bởi trên thế giới số họa sĩ, nhà thơ chỉ chiếm tỉ lệ một phần triệu. Thật ngu xuẩn! Mọi người khi sinh ra ai cũng sáng tạo cả. Hãy cứ nhìn trẻ con mà xem, tất cả các em đều rất sáng tạo. Nhưng dẫn dà người lớn chúng ta đã làm hỏng tính sáng tạo của trẻ. Chúng ta đã áp đặt những niềm tin sai lệch lên trẻ. Chúng ta làm cho trẻ càng lúc càng quan tâm hơn đến tiền bạc, địa vị, quyền lực và tham vọng.

Khi tham vọng xuất hiện, sự sáng tạo sẽ biến mất bởi người tham vọng không thể nào sáng tạo được, người tham vọng không thể toàn tâm toàn ý cho bất kỳ hoạt động nào. Trong lúc vẽ tranh hay viết tiểu thuyết, anh ta cứ nghĩ xa xôi: "Liệu mình có đoạt giải Nobel không nhỉ?". Lúc nào anh ta cũng mơ màng về tương lai trong khi người sáng tạo luôn sống trong hiện tại.

Nếu danh vọng đến thì tốt, còn không có thì cũng tốt, miễn là bạn thích thú với mọi việc mình làm.

Chẳng ai sinh ra mà không sáng tạo, nhưng chúng ta đã biến chín mươi chín phần trăm dân số trở thành những người thiếu sáng tạo. Chỉ quy trách nhiệm cho xã hội thì cũng chẳng giúp ích được gì. Bạn cần chịu trách nhiệm cho chính đời mình. Bạn cần buông bỏ những điều kiện sai lệch. Bạn cần buông bỏ những gợi ý sai lầm đã được nhồi nhét vào đầu từ khi còn bé. Hãy buông bỏ tất cả! Hãy thanh lọc bản thân và loại bỏ mọi điều kiện… khi đó bạn sẽ cảm thấy mình đầy sáng tạo.

Sống và *sáng tạo* là hai từ đồng nghĩa với nhau, bởi bạn không thể sống mà không sáng tạo. Thế nhưng cái điều không thể đó lại xảy

ra, cái hiện tượng xấu xí ấy đã xảy ra vì mọi nguồn sáng tạo của bạn đều bị bưng bít, triệt tiêu và toàn bộ năng lượng đã bị dồn vào những hoạt động mà xã hội cho rằng sẽ có lợi.

Toàn bộ thái độ của chúng ta về cuộc đời đều bị tiền bạc chi phối. Cách tiếp cận cuộc sống của chúng ta luôn ngả về quyền lực – song, quyền lực thì chỉ mang tính hủy hoại chứ không hề sáng tạo. Người mải theo đuổi tiền bạc sẽ bị đồng tiền hủy hoại, bởi tiền sẽ bị cướp bóc, lợi dụng; và để có được tiền, bạn phải lấy nó từ tay người khác. Quyền lực cũng đi theo quy luật như vậy. Quyền lực nằm trong tay người này sẽ đồng nghĩa với việc nhiều người khác bị trù dập. Đây đều là những việc làm mang tính hủy hoại.

Niềm tin không chỉ là niềm tin, nó có thể mở ra nhiều cánh cửa thì cũng có thể đóng lại nhiều cánh cửa. Niềm tin rằng bạn thiếu sáng tạo sẽ trở thành một trở ngại, liên tục phủ nhận mọi khả năng có thể xảy ra. Nó sẽ không để cho nguồn năng lượng bên trong bạn tuôn chảy.

Một hành động sáng tạo sẽ tôn thêm vẻ đẹp cho thế giới, mang đến cho thế giới thêm điều gì đó mà không bao giờ lấy đi của thế giới. Người sáng tạo cũng thế, anh ta sẽ góp phần làm cho thế giới thêm tươi đẹp – nhờ vào những bản nhạc, những bức tranh. Anh ta khiến cho cả thế giới say sưa theo vũ điệu sống động, tận hưởng cuộc sống nhiều hơn, yêu thương nhau hơn và thiền/chiêm nghiệm nội tâm sâu hơn. Và đến khi ra đi, anh ta sẽ để lại sau lưng mình một thế giới tốt đẹp. Có thể chẳng ai biết đến anh, hoặc chỉ một vài người biết nhưng điều đó không quan trọng. Điều quan trọng là anh đã để lại một thế giới tốt đẹp, toàn vẹn hơn. Tự thân cuộc đời anh đã có ý nghĩa rồi.

Tiền bạc, quyền lực, danh tiếng đều là những thứ thiếu sáng tạo, không những thế mà còn là những thứ mang tính hủy diệt. Hãy lưu ý đến chúng! Tôi không thể hứa hẹn với bạn về những khu vườn đầy hoa hồng, bởi nó có thể khiến bạn gặp rắc rối, có thể đẩy bạn vào một cuộc sống khổ sở. Những gì tôi có thể hứa rằng tận sâu trong lòng, bạn sẽ cảm thấy thật sự viên mãn, tràn ngập niềm vui. Bạn sẽ cảm thấy mình là người giàu có nhất và cuộc đời bạn sẽ tràn đầy phúc lành.

Rất hiếm những con người thật sự sáng tạo, bởi trên thế giới số họa sĩ, nhà thơ chỉ chiếm tỉ lệ một phần triệu. Thật ngu xuẩn! Mọi người khi sinh ra ai cũng sáng tạo cả. Hãy cứ nhìn trẻ con mà xem, tất cả các em đều rất sáng tạo.

Có thể nhìn bề ngoài bạn không hề nổi tiếng, giàu có hay thành đạt, nhưng để thành công trong cái thế giới này, bạn cần đi sâu vào thế giới nội tâm. Bạn sẽ làm gì với cả thế giới này dưới chân nếu đã đánh mất chính mình? Và bạn sẽ làm gì nếu bạn sở hữu cả thế giới nhưng lại không làm chủ được bản thân? Người sáng tạo biết cách làm chủ bản thân mình. Anh ta là một bậc thầy.

Người chỉ biết chạy theo đồng tiền, quyền lực và danh vọng thì chẳng khác gì kẻ xin ăn, vì anh ta không ngừng mong cầu và chẳng đóng góp gì cho thế giới.

Hãy cho đi. Hãy chia sẻ những gì có thể và nhớ rằng ở đây không hề có sự khác biệt giữa việc lớn và việc nhỏ. Cười một cách chân thành đã là một hành động sáng tạo, thậm chí còn là hành động sáng tạo vĩ đại. Ngưỡng mộ, gìn giữ hình ảnh đẹp về ai đó trong tim bạn cũng là một hành động sáng tạo khác. Hãy nhìn bằng đôi mắt tràn đầy yêu thương… chỉ một cái nhìn có thể thay đổi cả thế giới của một con người.

Cười một cách chân thành đã là một hành động sáng tạo, thậm chí còn là hành động sáng tạo vĩ đại. Ngưỡng mộ, gìn giữ hình ảnh đẹp về ai đó trong tim bạn cũng là một hành động sáng tạo khác. Hãy nhìn bằng đôi mắt tràn đầy yêu thương… chỉ một cái nhìn có thể thay đổi cả thế giới của một con người.

Hãy thỏa sức sáng tạo trong cuộc sống và đừng lo lắng về nhiệm vụ. Ai mà chẳng có nhiều việc phải làm. Chỉ cần làm hết lòng và thật là sáng tạo. Khi đó, công việc bạn làm chẳng khác gì một nghi lễ, một lời cầu nguyện, hay một món đồ lễ được đặt trang trọng trên bàn lễ thiêng liêng.

Một lần nữa, hãy buông bỏ mọi niềm tin cho rằng bạn không hề sáng tạo. Tôi hiểu tại sao bạn tin như thế, có thể bạn không đạt huy chương vàng ở trường đại học, có thể bạn không đứng đầu lớp, có thể mọi người không đánh giá cao bức tranh bạn vẽ, có thể khi bạn thổi sáo thì hàng xóm cho gọi cảnh sát… nhưng bạn thân mến, đừng vì những điều đó mà có niềm tin sai lệch về khả năng sáng tạo của mình.

Mọi người hiểu rất hạn hẹp về tinh thần sáng tạo. Họ cho rằng sáng tạo là phải chơi đàn ghi-ta, thổi sáo hay làm thơ, do vậy mà họ cứ cho ra đời những tác phẩm rác rưởi. Bạn cần nhận ra xem mình làm được những gì và không làm được những gì. Chúng ta không thể nào làm được tất cả mọi thứ! Bạn cần tìm tòi để phát hiện ra định mệnh của mình – một cuộc dò dẫm trong bóng tối vì

định mệnh không phải lúc nào cũng rõ như ban ngày. Tuy nhiên, trong quá trình tìm kiếm, điều gì đó sẽ phát triển, sẽ lớn lên.

Giả như khi bạn bước chân vào cõi đời này với tấm bản đồ cuộc đời trong tay và được bảo: "Đây là cuộc đời của anh, anh sẽ trở thành một người chơi ghi-ta!", thì cuộc đời bạn sẽ chẳng khác gì một cỗ máy. Người ta chỉ có thể tiên liệu trước về một cỗ máy chứ không thể tiên liệu trước về một con người… bởi có đến ngàn lẻ một điều có thể xảy ra. Rất nhiều cánh cửa mở ra, cũng như nhiều chọn lựa thay thế xuất hiện ở mỗi giai đoạn. Bạn phải chọn lựa, phải cảm nhận. Nhưng nếu bạn yêu cuộc đời mình, bạn sẽ tìm đúng cánh cửa.

Còn nếu bạn không yêu cuộc đời mình mà yêu điều gì đó khác, khi đó bạn sẽ gặp rắc rối. Không thể vừa yêu tiền, vừa sáng tạo. Chính tham vọng tiền bạc sẽ hủy hoại khả năng sáng tạo. Nếu muốn danh tiếng, hãy quên tính sáng tạo đi. Bởi danh tiếng sẽ đến rất dễ dàng nếu bạn là một con người tiêu cực, gieo rắc sự tàn phá.

Nếu bạn trở thành một kẻ sát nhân, danh tiếng sẽ đến với bạn rất dễ dàng. Bạn có thể trở thành tổng thống, thủ tướng nhưng tất cả chỉ là những chiếc mặt nạ giả trá. Đằng sau những nụ cười lịch thiệp ấy là những con người hung bạo. Đấy chỉ là nụ cười ngoại giao. Khi mặt nạ rớt xuống, bạn sẽ thấy ẩn sau đó đều là những Thành Cát Tư Hãn, Tamerlane(*******), Nadir Shah(*******), Napoleon, Alexander hay Hitler.

(*******) *Tamerlane (1336 – 1405): vị hoàng đế có xuất thân từ Thổ Nhĩ Kỳ-Mông Cổ, người đã chinh phạt phần lớn Tây và Trung Á. Ước tính có đến 17 triệu người đã thiệt mạng do các cuộc chinh phục của Tamerlane.*

(*******) *Nadir Shah (1698 – 1747): vị vua Ba Tư tàn bạo, được mệnh danh là Napoleon của Ba Tư, hay Alexander thứ hai. Ông xem Thành Cát Tư Hãn và Tamerlane là thần tượng.*

Tôi không nói là danh tiếng sẽ chẳng bao giờ đến với một con người sáng tạo, nhưng trong thực tế, điều đó là vô cùng hiếm, đến rất ngẫu nhiên và cần rất nhiều thời gian. Thường thì khi danh tiếng đến thì con người sáng tạo ấy đã qua đời – sự tôn vinh bao giờ cũng diễn ra muộn mằn sau cái chết.

Lúc sinh thời, Chúa Jesus không hề nổi tiếng. Nếu không có Kinh Thánh thì chắc cũng không có ghi chép nào còn sót lại về Ngài. Những ghi chép này thuộc về bốn vị đệ tử chứ chẳng ai khác nhắc

đến Ngài. Ấy vậy mà dần dần mọi người đã nhận ra Ngài.

Người nào càng vĩ đại thì mọi người càng mất nhiều thời gian hơn để nhận ra điều đó, bởi khi mới được sinh ra, chẳng có tiêu chí nào để đánh giá hay chẳng có tấm bản đồ nào để tìm ra anh. Anh ta phải tự xây dựng hệ giá trị cho chính mình và khi vừa hoàn thành thì cũng là lúc anh ra đi. Phải mất hàng trăm năm để mọi người nhận ra một con người sáng tạo, ấy vậy mà điều đó cũng không chắc chắn. Có rất nhiều người sáng tạo chẳng bao giờ được nhìn nhận. Có thể nói, sự thành công ở người sáng tạo là rất ngẫu nhiên so với tính hủy diệt ở một người phi sáng tạo.

Nếu bạn thật sự muốn sáng tạo, đừng thắc mắc chuyện tiền bạc, thành đạt, danh tiếng, cũng như sự nể trọng. Rồi bạn mới có thể tận hưởng hoạt động của mình và mọi hành động bạn làm đều mang giá trị thực chất. Khi đó, bạn khiêu vũ vì bạn thích khiêu vũ, bạn khiêu vũ vì bạn được chìm đắm trong niềm vui.

Do đó nếu bạn đang tìm kiếm điều gì đó nhân danh sự sáng tạo thì đừng nghĩ đến chuyện sáng tạo. Hãy làm mọi việc một cách có ý thức và cân nhắc. Đừng ẩn náu sau tấm mặt nạ nữa. Nếu bạn thật sự muốn sáng tạo, đừng thắc mắc chuyện tiền bạc, thành đạt, danh tiếng, cũng như sự nể trọng. Rồi bạn mới có thể tận hưởng hoạt động của mình và mọi hành động bạn làm đều mang giá trị thực chất. Khi đó, bạn khiêu vũ vì bạn thích khiêu vũ, bạn khiêu vũ vì bạn được chìm đắm trong niềm vui. Nếu có người khen tặng thì tốt, bạn sẽ biết ơn họ. Còn nếu không ai ngưỡng mộ thì cũng chẳng sao cả. Bạn nhảy múa và thoải mái tận hưởng – tự thân bạn đã cảm thấy đủ đầy, trọn vẹn rồi.

Mọi niềm tin cho rằng bạn không sáng tạo đều nguy hiểm, hãy buông bỏ chúng! Chẳng ai là không sáng tạo, ngay cả một cái cây, một tảng đá. Những ai yêu cây cối và hiểu về cây cối hẳn đã biết mỗi cái cây đều tạo ra một không gian riêng cho mình. Chúng sáng tạo theo cách riêng, không cây nào giống cây nào vì mỗi cây là một cá thể độc nhất. Mỗi tảng đá cũng thế. Cây không chỉ là cây mà chúng còn là con người. Cũng như đá không chỉ là đá mà còn là con người. Hãy ngồi bên cạnh một tảng đá, trìu mến ngắm nó, chạm vào nó bằng tất cả yêu thương và cảm nhận nó một cách yêu thương.

Chuyện kể rằng có vị thiền sư nọ có thể dịch chuyển mọi tảng đá rất to cho dù thân hình ông ta rất mảnh khảnh. Cứ nhìn thân hình ông thì đó là điều gần như không thể bởi ngay cả những người mạnh khỏe hơn ông rất nhiều còn chưa dịch được những

tảng đá này, ấy vậy mà ông lại làm được một cách dễ dàng.

Thế là mọi người bèn hỏi bí quyết của ông. "Chẳng có bí quyết hay trò thuật gì cả", ông đáp. "Tôi yêu tảng đá, do đó nó giúp đỡ tôi. Trước tiên tôi bảo với nó 'Giờ đây danh tiếng của ta nằm trong tay ngươi và mọi người đến đây để xem điều này. Hãy giúp ta, hãy hợp tác với ta'. Rồi sau đó tôi chỉ việc ôm lấy nó một cách trìu mến… và chờ đợi dấu chỉ. Khi hòn đá cho tôi một dấu chỉ, đó là khi tôi bất chợt rùng mình và toàn bộ xương sống của tôi rung động, nghĩa là tảng đá đã sẵn sàng, tôi bèn dịch chuyển nó. Bạn dịch chuyển trái ý muốn của tảng đá, chính vì thế bạn mất rất nhiều năng lượng. Còn tôi thì di chuyển cùng với tảng đá. Tôi tuôn chảy cùng với tảng đá. Trong thực tế, nói tôi dời tảng đá là sai vì tôi chỉ có mặt ở đó, còn tảng đá tự thân nó di chuyển".

Rồi lại có một câu chuyện khác như sau:

Một thiền sư vĩ đại nọ vốn là thợ mộc. Mỗi khi ông làm ra một cái bàn hay cái ghế nào thì y như rằng tự thân chúng đều đẹp và có chất lượng tốt không thể tả được.

Nếu như cái cây được đánh giá dựa vào quả của nó thì người ta đánh giá vị thiền sư này dựa vào sự sáng tạo của ông. Một vài cái ghế do ông làm ra đến nay vẫn còn được lưu giữ ở Trung Quốc. Cho dù đã một ngàn năm trôi qua nhưng ở chúng vẫn toát ra một sức hút đặc biệt.

Có người hỏi: "Nhờ đâu ông làm được như vậy?".

Ông đáp: "Tôi không làm ra chúng. Tôi chỉ đi vào rừng… và hỏi rừng, hỏi cây cối xem cây nào đã sẵn sàng để làm ghế".

Điều này nghe có vẻ ngớ ngẩn vì chúng ta làm sao biết được ngôn ngữ của cỏ cây. Ấy vậy mà ông ở lại trong rừng suốt ba ngày liền. Ông cứ ngồi dưới gốc cây, hết cây này rồi đến cây khác để trò chuyện với chúng, cứ như là kẻ mất trí vậy!

Ông nói: "Tôi cứ đi vào rừng và bảo rằng mình đang tìm một cái cây muốn trở thành ghế. Tôi hỏi xem những cái cây có sẵn lòng không, không chỉ sẵn lòng mà còn hợp tác với tôi nữa, nghĩa là sẵn sàng đi với tôi. Thỉnh thoảng cũng không có cây nào chịu làm ghế và thế là tôi ra về tay không".

Lần nọ, vị hoàng đế Trung Hoa bảo ông làm một cái giá sách. Ông bèn đi vào rừng và sau ba ngày thì trả lời: "Đợi đã thưa bệ hạ, chẳng có cái cây nào sẵn sàng để về hoàng cung".

Ba tháng sau, hoàng đế lại hỏi. Người thợ mộc đáp: "Thần vẫn vào rừng và thuyết phục cây cối đấy chứ. Bệ hạ hãy đợi đã, có cái cây nọ hình như hơi xiêu lòng rồi".

Cuối cùng, ông cũng thuyết phục được một cái cây. Ông nói: "Cái đẹp đã có sẵn! Một khi đã tự nguyện, cái cây sẽ cần đến sự giúp đỡ của người thợ mộc".

Nếu bạn đang yêu, bạn sẽ thấy mỗi sự tồn tại đều có "cá tính" riêng. Đừng lôi kéo hay thúc hối gì cả. Cứ lặng lẽ nhìn, trao đổi và nhận sự giúp đỡ của *"chúng"*. Khi đó chúng ta sẽ bảo toàn được rất nhiều năng lượng.

Ngay cả cây cối cũng sáng tạo, những tảng đá cũng thế. Bạn là con người, là đỉnh cao của sự tồn tại. Bạn đứng trên đỉnh, bạn có ý thức. Đừng bao giờ suy nghĩ với những niềm tin lệch lạc và cũng đừng bao giờ bám lấy quan niệm sai lầm rằng bạn không hề sáng tạo. Có thể bố mẹ, đồng nghiệp… của bạn bảo rằng bạn không sáng tạo, có thể bạn đã tìm kiếm sai đường nhưng ắt hẳn phải có một hướng mà nơi đó sức sáng tạo trong bạn sẽ bừng nở. Hãy tìm kiếm và luôn sẵn sàng, cứ dò dẫm cho đến khi bạn tìm thấy.

Mỗi người chúng ta có mặt trên thế gian này với một định mệnh riêng – có một việc gì đó phải hoàn thành hoặc có thông điệp nào đó phải gửi đi. Bạn không hiện hữu ở đây một cách ngẫu nhiên. Tạo hóa đã có ý định thực hiện điều gì đó thông qua bạn.

Mỗi người chúng ta có mặt trên thế gian này với một định mệnh riêng – có một việc gì đó phải hoàn thành hoặc có thông điệp nào đó phải gửi đi. Bạn không hiện hữu ở đây một cách ngẫu nhiên. Tạo hóa đã có ý định thực hiện điều gì đó thông qua bạn.

5

TRÒ CHƠI DANH VỌNG

Cả đời chúng ta đã sống với lời dạy rằng chừng nào còn chưa được công nhận thì chúng ta chẳng là gì cả, hoàn toàn không có giá trị; rằng công việc không quan trọng, cái quan trọng là lời khen tặng từ người khác – điều này đã làm đảo lộn mọi thứ. Trong khi đó, chính công việc, niềm vui trong công việc, mới là điều quan trọng. Bạn nên làm việc không vì sự công nhận của người khác mà vì niềm vui được sáng tạo.

Đừng nên nhìn sự việc theo cách cũ, bạn nên làm việc vì bạn yêu thích công việc đó, đừng đòi hỏi mọi người phải thừa nhận những gì mình làm. Nếu được đánh giá cao, hãy từ tốn đón nhận; còn bằng không thì cũng đừng nên băn khoăn, nghĩ ngợi nhiều. Bạn cần cảm thấy thỏa nguyện với chính công việc. Nếu mọi người đều biết được nghệ thuật yêu quý công việc, dẫu đó là việc gì, cũng như tận hưởng niềm vui do công việc mang lại mà không cần bất cứ ai công nhận, chúng ta sẽ có một thế giới tươi đẹp hơn, hân hoan hơn.

Nhưng trong thực tế, bạn đang bị mắc vào cái bẫy đau khổ do thế giới này đặt ra. Những việc bạn đang làm với cả tình yêu thương, hay thực hiện một cách hoàn hảo hóa ra lại không tốt bằng những việc mà thế giới này công nhận, tưởng thưởng và trao cho bạn những huân chương vàng hay giải Nobel. Họ đã tước mất toàn bộ giá trị bản chất của sự sáng tạo và hủy hoại hàng triệu con người, bởi bạn không thể trao giải Nobel cho hàng triệu người được. Chúng ta đã tạo ra ham muốn được công nhận ở mọi người, cho nên không ai có thể làm việc trong thanh thản và tận hưởng những gì mình đang làm. Song, cuộc sống luôn chứa đựng những điều nhỏ bé không hề được tưởng thưởng, được phong tặng danh hiệu hay được cấp bằng danh dự.

Một trong những nhà thơ vĩ đại của thế kỷ 20 là Rabindranath Tagore ở Bengal, Ấn Độ. Ông đã xuất bản nhiều tập thơ và tiểu thuyết bằng tiếng Bengali, ấy vậy mà chẳng ai nhận ra tài năng của ông. Sau đó, ông dịch quyển sách nhỏ *Gitanjali, "Thơ dâng"*, sang tiếng Anh. Ông nhận thấy rằng ở sách gốc có một vẻ đẹp mà việc chuyển ngữ không thể nào làm được vì tiếng Bengali và tiếng Anh có cấu trúc lẫn cách diễn đạt khác nhau. Tiếng Bengali rất du dương, ngay cả khi hai người đang cãi nhau thì cuộc đối thoại giữa họ nghe vẫn giống như một cuộc trò chuyện dễ thương. Tiếng Bengali đầy âm điệu, mỗi từ chẳng khác gì một nốt nhạc. Cái hay đó không hề có ở tiếng Anh và cũng không thể mang vào trong tiếng Anh được bởi tiếng Anh có những đặc tính riêng. Tuy vậy ông vẫn cố gắng dịch và bản chuyển ngữ, vốn rất tệ so với bản gốc, đã giúp ông nhận được giải Nobel Văn học. Thế là đột nhiên cả nước Ấn Độ bắt đầu chú ý đến tập sách… trong khi trước đó nó đã tồn tại bằng tiếng Bengali và những ngôn ngữ khác của Ấn Độ suốt nhiều năm trời.

Mọi trường đại học đều muốn phong tặng tiến sĩ văn chương cho ông. Calcutta, nơi ông sinh sống, là trường đại học đầu tiên trao tặng ông bằng danh dự. Nhưng ông đã từ chối: "Các ông đâu có cấp bằng cho tôi, các ông cũng đâu thừa nhận công trình của tôi mà là đang công nhận giải Nobel đấy chứ, bởi quyển sách đó đã tồn tại ở đây bằng thứ ngôn ngữ đẹp hơn rất nhiều nhưng đâu ai thèm để mắt đến". Ông đã từ chối mọi văn bằng danh dự và nói rằng: "Đó là sự sỉ nhục đối với tôi".

Jean-Paul Sartre, một trong những tiểu thuyết gia vĩ đại và là người có những đóng góp to lớn đối với ngành tâm lý học đã từ chối giải thưởng Nobel. Ông nói: "Tôi đã nhận đủ phần thưởng trong quá trình làm việc rồi. Giải Nobel không giúp thêm được gì mà trái lại nó còn kéo tôi xuống. Giải thưởng đó tốt cho những người nghiệp dư đang tìm kiếm sự công nhận; còn tôi, tôi đã quá già, cũng như đã tận hưởng đủ rồi. Tôi yêu mọi điều mình làm, tự thân nó đã là phần thưởng rồi. Tôi không còn muốn nhận bất kỳ phần thưởng nào khác nữa, bởi không gì có thể tốt hơn những cái tôi đã nhận được". Ông ấy nói đúng. Nhưng thế gian này rất hiếm những con người chân chính như thế, trong khi lại đầy rẫy những người giả trá đang sống trong những cái bẫy.

Tại sao bạn phải bận tâm đến lời công nhận của người khác? Nó chỉ có ý nghĩa khi bạn không yêu công việc của mình. Bạn căm ghét công việc, bạn không thích nhưng vẫn phải làm vì mọi người sẽ công nhận nó, bạn sẽ được đánh giá cao, được chấp nhận. Thay vì nghĩ đến sự công nhận, hãy chỉ tập trung vào công việc. Bạn có

yêu thích việc bạn đang làm không? Nếu không, hãy tìm một công việc khác!

Cha mẹ và thầy cô lúc nào cũng nhắc đi nhắc lại rằng bạn cần phải được công nhận, thừa nhận. Đó là một chiến lược rất tinh ma hòng kiểm soát người khác.

Hãy nhớ lấy điều cơ bản này: làm bất kỳ điều gì bạn thích. Và đừng bao giờ đòi hỏi sự công nhận từ người khác, vì như vậy chẳng khác nào bạn đi nài xin người khác. Tại sao phải đòi hỏi sự công nhận đó? Tại sao phải khát khao sự chấp nhận đó? Hãy nhìn vào tận sâu trong con người bạn. Có thể bạn không thích những gì mình đang làm, có thể bạn sợ đi sai đường, do vậy mà sự nhìn nhận từ người khác sẽ giúp bạn cảm thấy mình đang đi đúng hướng.

Lời công nhận từ người khác chỉ có ý nghĩa khi bạn không yêu công việc của mình. Bạn căm ghét công việc, bạn không thích nhưng vẫn phải làm vì mọi người sẽ công nhận nó, bạn sẽ được đánh giá cao, được chấp nhận.

Cảm xúc bên trong mới là điều quan trọng, chứ không liên quan gì đến thế giới bên ngoài. Tại sao bạn phải phụ thuộc vào người khác? Tôi sẽ không chấp nhận bất kỳ giải thưởng Nobel nào. Những lời chỉ trích, phê bình tôi nhận được từ khắp nơi trên thế giới, từ mọi tôn giáo còn giá trị hơn gấp nhiều lần! Chấp nhận giải thưởng Nobel đồng nghĩa với việc tôi đã bị lệ thuộc, bởi khi đó tôi không còn tự hào về bản thân mình nữa mà lại tự hào về giải thưởng. Ngay bây giờ, tôi chỉ cảm thấy tự hào về bản thân và không điều gì khác có thể khiến tôi tự hào.

Chính cách nghĩ đó mới giúp bạn trở thành một con người hoàn toàn tự do, tự đứng trên đôi chân mình, uống lấy từ suối nguồn của chính mình. Đó là điều giúp bạn cảm thấy thăng bằng, vững vàng trong cuộc sống. Đó là điểm khởi đầu của quá trình thăng hoa bất tận.

Có những người tuy được tôn vinh, được thừa nhận nhưng thực chất chỉ là rác rưởi không hơn không kém. Đó là những thứ rác rưởi mà xã hội muốn có, do đó xã hội bù đắp cho họ bằng cách trao phần thưởng.

Bất kỳ ai ý thức được về cá nhân mình đều sẽ sống bằng chính tình yêu, bằng chính công việc của mình mà không cần quan tâm đến những gì người khác nghĩ. Công việc bạn làm càng có ý nghĩa

lớn lao, bạn càng có ít cơ hội nhận được sự tôn kính từ mọi người. Và nếu đó là công việc của một thiên tài, bạn sẽ không nhận được sự tôn trọng nào cho đến khi nằm xuống. Suốt cuộc đời, bạn sẽ bị chỉ trích, kết tội… để rồi hai hay ba thế kỷ sau, hình tượng của bạn mới được dựng lên và những quyển sách bạn viết mới được đánh giá cao, bởi nhân loại phải mất đến ngần ấy thời gian mới có thể đạt đến sự thông minh của một thiên tài trong quá khứ. Khoảng cách đó là quá lớn.

Bất kỳ ai ý thức được về cá nhân mình đều sẽ sống bằng chính tình yêu, bằng chính công việc của mình mà không cần quan tâm đến những gì người khác nghĩ.

Nếu được những kẻ ngốc xưng tụng, bạn sẽ phải hành xử theo ý muốn và mong đợi của họ. Nếu được những con người bệnh hoạn tung hô, bạn phải trở nên tiều tụy hơn cả chính họ. Nhưng bạn sẽ được gì? Bạn sẽ đánh mất linh hồn mình và không được gì cả.

BỐN CHÌA KHÓA

Khi bạn sáng tạo, bạn sẽ cảm nhận được hương vị của cuộc sống – song điều đó còn phụ thuộc vào sự mãnh liệt và lòng tận hiến của bạn. Cuộc sống không phải là một vấn đề triết học mà là một sự huyền nhiệm. Theo ý nghĩa đó thì mọi việc làm đều có thể trở thành cánh cửa mở ra những điều huyền nhiệm, ngay cả việc cọ sàn. Nếu bạn có thể thực hiện nhiệm vụ một cách sáng tạo, đầy yêu thương và toàn tâm toàn ý, bạn sẽ cảm nhận được hương vị nào đó từ cuộc sống.

1
TRỞ LẠI LÀ MỘT ĐỨA TRẺ

Hãy sống như một đứa trẻ và bạn sẽ trở nên sáng tạo. Mọi đứa trẻ đều sáng tạo. Để sáng tạo, ta cần có sự tự do – tự do thoát khỏi tâm trí, kiến thức và những định kiến. Người sáng tạo là người có thể thử cái mới lạ. Người sáng tạo khác hẳn với con rô-bốt. Rô-bốt chẳng thể nào sáng tạo được, chúng chỉ biết lặp lại mà thôi.

Do vậy, hãy trở lại là một đứa trẻ. Bạn sẽ ngạc nhiên khi thấy mọi trẻ nhỏ đều rất sáng tạo, dù chúng được sinh ra ở đâu. Tuy nhiên người lớn chúng ta lại không tạo điều kiện cho trẻ phát huy tính sáng tạo của mình. Chúng ta đã đè bẹp và giết chết tính sáng tạo của trẻ. Chúng ta "giẫm lên chân" trẻ và dạy trẻ cách "đúng đắn" để làm mọi thứ.

Song, bạn hãy nhớ cho rằng người sáng tạo chẳng bao giờ ngần ngại thử nghiệm, dẫu có sai. Nếu lúc nào bạn cũng làm theo cách đúng, bạn sẽ chẳng bao giờ sáng tạo được bởi "cách đúng" chính là cách đã được người khác khám phá. Và làm theo "cách đúng" có nghĩa là bạn sẽ trở thành người sản xuất, kỹ thuật viên chứ không phải là nhà phát minh, người sáng tạo.

Người sáng tạo chẳng bao giờ ngần ngại thử nghiệm, dẫu có sai. Nếu lúc nào bạn cũng làm theo cách đúng, bạn sẽ chẳng bao giờ sáng tạo được bởi "cách đúng" chính là cách đã được người khác khám phá.

Đâu là sự khác biệt giữa người sản xuất và người sáng tạo? Người sản xuất biết cách đúng đắn, cũng như cách tiết kiệm nhất để làm một việc gì đó, sao cho công sức bỏ ra ít nhưng thu được kết quả tối đa. Còn người sáng tạo thì cứ làm những chuyện ngớ ngẩn. Anh ta không biết đâu là cách đúng nhất để làm, chính vì vậy mà anh không ngừng tìm kiếm, nghiên cứu theo nhiều hướng khác

nhau. Và rất nhiều lần anh ta đi sai hướng, nhưng với mỗi bước đi ấy anh lại học được nhiều điều và nhờ vậy trải nghiệm sống, cũng như kinh nghiệm làm việc của anh ngày một dày hơn. Anh ta làm những việc mà trước nay chưa ai từng làm.

Để tôi kể cho bạn nghe câu chuyện nhỏ sau:

Một giáo viên dạy giáo lý yêu cầu học trò của mình vẽ một bức tranh về gia đình Chúa Jesus. Giờ nộp bài, cô thấy đa số các em đều vẽ những bức tranh truyền thống, mô tả gia đình Chúa quây quần quanh máng cỏ, đang cưỡi trên con la hoặc đại loại như thế.

Duy chỉ có một cậu bé vẽ chiếc máy bay với bốn cái đầu ló ra ngoài cửa sổ. Cô giáo bèn tiến lại đề nghị em này giải thích về bức tranh.

– Cô hiểu em vẽ ba cái đầu là để tượng trưng cho Thánh Joseph, Mẹ Maria và Chúa Jesus Hài Đồng. Nhưng còn cái đầu thứ tư kia là của ai vậy?

– Dạ, – chú bé trả lời, – đó là *phi công* Pontius(*) ạ!

(*) *Pontius Pilate (Pilate /'pailət/ đồng âm với từ pilot, nghĩa là phi công trong tiếng Anh) là Tổng trấn của Judae từ năm 26 đến năm 36 sau Công nguyên. Rất nhiều người chỉ trích, lên án Pilate vì ông là người trực tiếp tuyên Jesus án tử hình, đóng đinh trên Thập tự giá. Tuy nhiên, Kinh thánh đã khẳng định hết sức rõ ràng rằng chính Pilate đã bào chữa cho Jesus và tin tưởng Jesus vô tội. Pilate đã nói ông không thấy hành động của Jesus là hành vi phản nghịch. Ông ta đã thuyết phục phần lớn thành phố phóng thích Jesus và đề nghị lựa chọn giữa Jesus và tên tội phạm Barabbas. Tuy nhiên, thật không may là kế hoạch của Pilate lại mang lại kết quả ngược với dự tính. Người dân Do Thái đã kết luận Jesus phạm tội phản nghịch và lúc đó, Pilate hoàn toàn không thể làm gì để thay đổi điều đó.*

Cái này mới thật là hay đây! Cái này mới là sáng tạo đây! Chú bé đã khám phá ra một điều gì đó. Nhưng chỉ có trẻ con mới làm được. Còn bạn, bạn sẽ ngần ngại làm như thế vì sợ rằng mình sẽ trông thật ngốc nghếch trong mắt người khác.

Tuy nhiên, người sáng tạo phải dám bất chấp việc trở nên ngốc nghếch trong mắt người khác. Người sáng tạo phải dám liều lĩnh đánh đổi cả lòng tôn kính dành cho anh ta. Chính vì lẽ đó mà bạn luôn thấy nhà thơ, họa sĩ, vũ công và nhạc sĩ đều không phải là những người được nhiều người kính nể. Một khi họ được vị nể, được trao giải Nobel thì họ không còn sáng tạo nữa. Kể từ giây phút đó, tính sáng tạo biến mất.

Điều gì đã xảy ra? Có bao giờ bạn thấy ai đó đoạt giải Nobel lại viết tiếp một tác phẩm khác có giá trị không? Có bao giờ bạn thấy người được tôn sùng, vị nể lại làm một điều gì đó sáng tạo không? Anh ta rất sợ. Vì nếu làm sai thì thanh danh của anh ta sẽ ra sao. Anh ta không chịu đựng nổi điều đó. Chính vì vậy mà khi một nghệ sĩ được quá nhiều người suy tôn, đấy cũng là lúc anh đã chết.

Chỉ những ai sẵn sàng đánh đổi danh tiếng, sự kiêu hãnh và lòng tôn kính của mọi người dành cho họ và dấn bước vào những "lãnh địa" mà chẳng ai nghĩ là đáng giá để bỏ công thì mới có thể sáng tạo. Những người sáng tạo thường bị coi là khùng điên trong mắt mọi người. Thế giới sẽ thừa nhận họ nhưng rất muộn màng. Dư luận vẫn nghĩ có gì đó không đúng ở những con người này và họ thường bị coi là lập dị.

Tôi cũng xin nhắc lại rằng mọi trẻ em khi sinh ra đều có khả năng trở thành người sáng tạo. Tất cả các em đều cố gắng trở thành người sáng tạo, thế nhưng người lớn chúng ta đã không cho phép điều đó xảy ra. Ngay lập tức, chúng ta dạy cho trẻ cách "đúng đắn" để làm cái này cái kia; và một khi đã học được cách làm, chúng sẽ trở thành những con rô-bốt. Cứ thế chúng lặp đi lặp lại cách làm "đúng đắn" đó và càng làm thì càng hiệu quả, càng hiệu quả thì chúng càng được mọi người nể trọng.

Trẻ trong độ tuổi từ bảy đến mười bốn thường có sự thay đổi rất lớn. Các nhà tâm lý học đã nghiên cứu hiện tượng này để tìm hiểu xem tại sao nó lại xảy ra và chuyện gì đã xảy ra.

Bộ não của chúng ta có hai bán cầu. Bán cầu trái không có tính sáng tạo nhưng lại rất giỏi về mặt kỹ thuật. Nó giúp ta có thể làm được điều gì đó sau khi được hướng dẫn một lần và làm rất hiệu quả, nghĩa là đúng theo kết quả dự kiến, "y khuôn" như một cái máy. Bán cầu não này mạnh về khả năng lập luận, tư duy lô-gic và toán học. Đây là bán cầu của sự tính toán, kỷ luật và trình tự.

Người sáng tạo phải dám bất chấp việc trở nên ngốc nghếch trong mắt người khác. Người sáng tạo phải dám liều lĩnh đánh đổi cả lòng tôn kính dành cho anh ta. Chính vì lẽ đó mà bạn luôn thấy nhà thơ, họa sĩ, vũ công và nhạc sĩ đều không phải là những người được nhiều người kính nể.

Trong khi đó, bán cầu não phải thì hoàn toàn ngược lại. Nó là thế giới của sự hỗn loạn, phi trật tự; là bán cầu của thơ ca chứ không phải của văn xuôi tụng ca; là bán cầu của tình yêu chứ không phải lô-gic. Bán cầu não phải có khả năng cảm nhận mạnh mẽ về cái

đẹp, thấu rõ nét độc đáo, thuần chất, nguyên thủy.

Người sáng tạo không thể mang lại kết quả đúng như dự kiến, bởi anh ta cứ phải liên tục thực nghiệm. Lúc nào anh cũng sẵn sàng đón nhận rủi ro. Mạo hiểm là người tình của anh ta!

Bán cầu não phải hoạt động từ khi đứa trẻ mới được sinh ra, còn bán cầu não trái thì không. Rồi sau đó, chúng ta bắt đầu dạy cho trẻ sự vâng lời và theo đuổi cái có sẵn. Qua nhiều thời đại, chúng ta đã trở nên nhuần nhuyễn hơn trong việc chuyển dịch năng lượng từ bán cầu não phải sang bán cầu não trái. Toàn bộ những gì nhà trường dạy cho đứa trẻ thật ra chỉ là cách làm thế nào để đặt dấu chấm hết cho bán cầu não phải và kích hoạt bán cầu não trái. Từ bậc mẫu giáo cho đến bậc đại học, cái được gọi là giáo dục - đào tạo chỉ là một nỗ lực nhằm hủy diệt bán cầu phải và giúp cho bán cầu trái phát triển. Thế là người lớn chúng ta đã thành công, còn đứa trẻ thì đã chết!

Kể từ đó, đứa trẻ không còn hoang sơ nữa mà đã trở thành người văn minh. Trẻ được học về kỷ luật, ngôn ngữ, lô-gic và văn xuôi tụng ca. Trẻ bắt đầu cạnh tranh ở trường, trở thành con người đầy bản ngã và tập nhiễm theo những thứ khùng điên đang lan tràn khắp xã hội. Trẻ quan tâm hơn đến quyền lực, tiền bạc. Trẻ bắt đầu nghĩ đến việc làm thế nào để trở nên học thức hơn, đồng nghĩa với việc có nhiều quyền lực hơn; hoặc làm thế nào để kiếm tiền nhiều hơn, có nhà to hơn... Khi đó, bán cầu não phải ngày càng hoạt động ít đi hoặc chỉ hoạt động khi bạn ngủ mơ, hoặc thỉnh thoảng khi bạn say ma túy...

Ở các nước phương Tây, ma túy có một sức hấp dẫn lớn là vì phương Tây đã thành công trong việc hủy diệt hoàn toàn bán cầu não phải với cách giáo dục cưỡng bức. Họ đã trở nên vô cùng "học thức", nghĩa là họ đã lệch hẳn sang một thái cực. Giờ đây gần như không còn khả năng nào nữa... Trừ khi chúng ta có phương cách nào đó có thể giúp tăng cường sử dụng bán cầu não phải trong trường học, bằng không thì tình trạng nghiện ngập ma túy chẳng đời nào được xóa bỏ. Chúng ta không thể cấm sử dụng ma túy chỉ đơn thuần bằng luật pháp.

Cái hấp dẫn của ma túy là ở chỗ bạn có thể ngay lập tức "sang số", tức là chuyển năng lượng từ bán cầu não trái sang bán cầu não phải. Rượu bia cũng có tác dụng "hỗ trợ" tương tự như vậy từ hàng thế kỷ qua, nhưng ngày nay đã có các loại chất gây nghiện với tác dụng vượt trội như LSD (một loại ma túy gây ảo giác cực mạnh), cần sa và trong tương lai thậm chí sẽ còn nhiều loại ma

túy khác công hiệu hơn nữa.

Và tội phạm không chỉ là kẻ nghiện ma túy mà còn có cả các chính trị gia, các nhà giáo dục học. Họ đã buộc tâm trí con người phải tiến về một thái cực đầy cực đoan. Thơ ca đã biến mất hoàn toàn khỏi đời sống con người, cái đẹp cũng mất tăm và tình yêu cũng thế. Giờ thì tiền, quyền lực và sức ảnh hưởng đã trở thành "Thượng đế".

Làm sao nhân loại có thể sống không tình yêu, không thơ ca, không niềm vui và không lễ hội? Sẽ chẳng được bao lâu đâu. Và trên toàn thế giới, thế hệ công dân mới đang làm một công việc phục vụ lớn lao là phô bày ra sự ngu xuẩn của cái gọi là giáo dục. Chẳng phải ngẫu nhiên mà những kẻ nghiện ma túy hầu như đều bỏ học nửa chừng. Đó là một phần của cuộc nổi dậy.

Và một khi đã cảm nhận được niềm vui từ ma túy, con người rất khó cưỡng lại. Họ chỉ có thể từ bỏ ma túy khi tìm được những cách khác tốt hơn có thể giúp họ giải phóng tinh thần thơ ca. Thiền định là một cách như thế, ít gây tàn phá hơn, ít độc hại hơn bất kỳ loại hóa chất nào. Trong thực tế, thiền định không hề có hại mà chỉ có lợi. Thật ra thì thiền định cũng có tác dụng chuyển dịch sự tập trung từ bán cầu não trái sang bán cầu não phải. Nó giúp giải phóng tiềm lực sáng tạo bên trong bạn.

Hiểm họa do ma túy gây ra trên khắp toàn cầu chỉ có thể tránh khỏi bằng một biện pháp duy nhất, đó là thiền định, ngoài ra không còn cách nào khác. Nếu thiền định ngày càng trở nên phổ biến và đi vào đời sống con người thì ma túy sẽ biến mất.

Giáo dục cũng nên bắt đầu như thế nào để tuyệt đối không bỏ lơ bán cầu não phải cùng các chức năng của nó. Phải chi trẻ con được dạy rằng bộ não bao gồm hai bán cầu, cũng như được dạy cách vận dụng, lẫn thời điểm vận dụng từng cái một... bởi có những tình huống chỉ cần đến bán cầu não trái (chẳng hạn như tính toán khi đi chợ hoặc trong công việc hằng ngày) và có những lúc chỉ cần đến bán cầu não phải.

Hãy luôn nhớ rằng não phải là mục tiêu, còn não trái chỉ là phương tiện. Não trái phải phục vụ cho não phải. Não phải là "ông chủ" bởi bạn kiếm tiền chỉ vì muốn tận hưởng cuộc sống, muốn làm cho cuộc sống của mình trở thành ngày hội. Bạn muốn có một số tiền trong ngân hàng chỉ vì để bạn có thể yêu đương. Bạn làm việc để mình có thể vui chơi, thư giãn. Do vậy mà vui chơi và thư giãn mới là mục tiêu.

Tư tưởng "sống vì công việc" chỉ là một tàn tích của quá khứ và chúng ta phải vứt bỏ nó đi. Nền giáo dục phải trải qua một cuộc cách mạng. Chúng ta không nên ép buộc mọi người, con trẻ cũng không nên bị ép buộc theo những khuôn mẫu sáo mòn. Giáo dục là gì? Có bao giờ bạn suy ngẫm về nó chưa? Đơn giản nó chỉ là một sự rèn luyện trí nhớ. Bạn không thể nào thông minh hơn nhờ nó mà chỉ càng trở nên tối dạ hơn. Bạn trở thành kẻ ngốc! Khi mới bắt đầu đi học, đứa trẻ nào cũng thông minh sáng dạ nhưng hiếm có ai tốt nghiệp đại học mà vẫn còn thông minh. Rất hiếm! Bạn ra trường với tấm bằng trong tay nhưng bạn đã mua nó với một cái giá rất đắt: bạn đã đánh đổi nó bằng sự thông minh, niềm vui và cả cuộc đời của bạn; bạn đã đánh mất chức năng của bán cầu não phải.

Rồi bạn đã học được những gì? Chỉ là thông tin thôi. Tâm trí bạn chứa đầy dữ liệu, ký ức. Bạn lặp lại chúng, thế là bạn tạo ra sản phẩm. Bài thi cũng là một dạng sản phẩm như thế. Người được cho là thông minh chính là người có thể nôn ra những gì đã được tọng vào! Trước tiên, anh ta bị ép phải nuốt vào, phải nuốt tọng, để rồi lại nôn trở ra trên bài thi. Nếu bạn nôn chính xác những gì đã được nhồi vào, bạn sẽ là người thông minh.

Tư tưởng "sống vì công việc" chỉ là một tàn tích của quá khứ và chúng ta phải vứt bỏ nó đi. Nền giáo dục phải trải qua một cuộc cách mạng. Chúng ta không nên ép buộc mọi người, con trẻ cũng không nên bị ép buộc theo những khuôn mẫu sáo mòn.

Bạn cần hiểu rằng bạn chỉ có thể nôn ra những gì mình không tiêu hóa được. Còn nếu đã tiêu hóa được, bạn không thể nào nôn ra mọi thứ y như cũ, mà phải có cái gì đó mới mẻ – chẳng hạn như máu, chứ không thể nào là ổ bánh mì bạn đã ăn. Do vậy, bạn chỉ cần giữ mọi thông tin bên trong mà không cần tiêu hóa gì, sau đó mọi người sẽ bảo rằng bạn rất, rất thông minh. Ôi, những kẻ ngu ngốc nhất lại được cho là thông minh nhất! Thật đáng tiếc!

Bạn có biết Albert Einstein đã từng thi rớt đại học? Thông minh sáng tạo là thế đấy. Ông ấy khó mà hành xử ngu ngốc theo cách mà mọi người vẫn làm.

Khi một người làm theo phương thức mới, anh ta nên được đánh giá cao. Không nên đặt ra những đáp án đúng - sai, bởi chẳng hề có câu trả lời đúng - sai mà chỉ có câu trả lời thông minh hay đần độn mà thôi. Chính việc phân loại đúng - sai đã là sai trái.

Tất cả những người nổi tiếng đạt huân chương vàng trong trường

đều biến mất. Họ chẳng thể hiện được họ có thể mang lại những lợi ích nào. Hào quang của họ chấm dứt cùng với những tấm huân chương và rồi chẳng ai tìm thấy họ nữa, cuộc đời chẳng còn nợ họ điều gì. Chuyện gì đã xảy ra với những con người ấy? Để có được tấm chứng chỉ, họ đã phải đánh đổi bằng tất cả mọi thứ.

Kiểu giáo dục này phải được thay đổi một cách triệt để. Trong các lớp học cần có thêm nhiều tiếng cười hơn, náo loạn hơn, nhiều vũ điệu hơn, nhiều bài hát hơn, nhiều thơ ca hơn, nhiều sự sáng tạo hơn và nhiều sự thông minh hơn. Kể cả tình trạng lệ thuộc vào trí nhớ cũng phải chấm dứt.

Mọi người nên được theo dõi sát sao và được giúp đỡ để phát huy trí thông minh hơn nữa. Khi một người làm theo phương thức mới, anh ta nên được đánh giá cao. Không nên đặt ra những đáp án đúng - sai, bởi chẳng hề có câu trả lời đúng - sai mà chỉ có câu trả lời thông minh hay đần độn mà thôi. Chính việc phân loại đúng - sai đã là sai trái.

Không hề có câu trả lời đúng – sai: hoặc là đần độn, rập khuôn; hoặc là sáng tạo, nhanh nhạy, thông minh. Ngay cả câu trả lời rập khuôn có vẻ đúng thì cũng không nên được đánh giá cao quá vì đó chỉ là sự lặp lại. Còn câu trả lời thông minh, cho dù không hoàn toàn đúng hay thích hợp với tư tưởng cũ, thì cũng nên được khen ngợi vì nó mới mẻ và thể hiện được sự thông minh.

Nếu muốn sáng tạo, bạn phải làm gì? Hãy buông bỏ tất cả những gì xã hội đã làm cho bạn. Khi đó bạn sẽ lại trở nên sáng tạo, bạn sẽ có lại cảm giác hồi hộp, sôi nổi và hào hứng thuở ban đầu. Cảm xúc đó vẫn nằm yên chờ bạn và đang bị kìm nén. Và một khi năng lượng sáng tạo trong bạn được giải phóng, bạn sẽ trở thành con người tâm linh. Đối với tôi, người tâm linh luôn có tính sáng tạo. Tất cả chúng ta khi được sinh ra ai cũng sáng tạo, nhưng tiếc rằng rất ít người còn nuôi giữ được khả năng này.

Nếu muốn sáng tạo, bạn phải làm gì? Hãy hủy bỏ tất cả những gì xã hội đã làm cho bạn. Khi đó bạn sẽ lại trở nên sáng tạo, bạn sẽ có lại cảm giác hồi hộp, sôi nổi và hào hứng thuở ban đầu.

Thoát ra khỏi cái bẫy chính là quyền lợi của bạn. Bạn hoàn toàn có thể làm được điều đó. Dĩ nhiên là bạn phải hết sức can đảm bởi khi bạn bắt tay vào việc buông bỏ một điều gì đó mà xã hội đã định đoạt cho bạn, bạn sẽ đánh mất sự kính nể của mọi người. Người ta sẽ không còn thấy bạn đáng trọng nữa và trong mắt mọi người, bạn là một kẻ gàn dở: “Con người đáng thương này bị làm sao ấy!”.

Nếu muốn sáng tạo, nhất định bạn phải mạo hiểm nhưng đó là việc đáng làm.

2
SẴN LÒNG HỌC HỎI

"Discipline" là một từ hay nhưng lại bị dùng lầm như bao từ khác, thường được dùng với nghĩa là "kỷ luật". Từ này có cùng nguồn gốc với từ *"disciple",* hay *"học trò"*; vì vậy nghĩa gốc của *"discipline"* là *"quá trình học hỏi".*

Người có kiến thức sẽ không bao giờ chịu học hỏi, bởi anh ta nghĩ mình đã biết rồi. Người đó lúc nào cũng coi trọng kiến thức của mình. Song, mớ kiến thức ấy chẳng có ý nghĩa gì ngoài việc nó là nguồn nuôi dưỡng cho cái tôi.

Socrates từng nói: "Tôi chỉ biết có một điều, đó là tôi không biết gì cả". Đây chính là bước khởi đầu của quá trình học hỏi, quá trình trui rèn bản thân. Khi bạn không biết điều gì hết, bên trong bạn sẽ trỗi dậy niềm khao khát được tìm hiểu, được khám phá. Lúc bạn bắt đầu học hỏi, một yếu tố nữa chắc chắn đi theo: bất cứ điều gì bạn học được phải được buông bỏ, nếu không nó sẽ trở thành kiến thức, mà kiến thức thì sẽ cản trở việc tiếp nhận, học hỏi sau này.

Người có tinh thần học thật sự sẽ không bao giờ tích lũy kiến thức. Mỗi khoảnh khắc qua đi, anh ta buông bỏ những gì mình đã biết được và lại trở nên ngây thơ, chất phác. Sự ngu ngơ luôn tỏa ánh hào quang, một trong những trải nghiệm đẹp nhất của sự tồn tại. Ở trong trạng thái không biết gì cả, bạn sẽ trở nên cởi mở hơn. Quanh bạn không còn rào cản nào nữa và bạn luôn sẵn sàng để khám phá cái mới.

Tuy nhiên, mọi người đã hiểu sai ý nghĩa của từ *"discipline",* theo nghĩa là *"kỷ luật".* Nào là phải kỷ luật trong cuộc sống, phải làm việc này, không được làm việc kia. Hàng ngàn cái nên và không nên áp đặt lên con người. Sống giữa hàng ngàn cái nên và không nên đó, chúng ta không tài nào sáng tạo được. Chúng ta giống như tù nhân; muốn đi đâu hay làm gì cũng đều phải vượt qua hàng rào

kiểm soát.

Người có tinh thần học thật sự sẽ không bao giờ tích lũy kiến thức. Mỗi khoảnh khắc qua đi, anh ta buông bỏ những gì mình đã biết được và lại trở nên ngây thơ, chất phác. Sự ngu ngơ luôn tỏa ánh hào quang, một trong những trải nghiệm đẹp nhất của sự tồn tại.

Người sáng tạo phải gạt bỏ những cái nên và không nên đó. Anh ta cần sự tự do và không gian rộng lớn. Anh ta cần cả bầu trời và mọi vì sao. Chỉ có như thế thì sự ngẫu hứng sâu thẳm trong anh mới bắt đầu trỗi dậy.

Hãy nhớ rằng, tôi chẳng đưa ra một kỷ luật nào cho bạn, tôi chỉ đơn giản giúp bạn hiểu rõ hơn về việc làm thế nào để luôn học hỏi mà không phải trở thành một con người đầy bồ kiến thức. Kỷ luật, với ý nghĩa là những định hướng cho việc trui rèn bản thân, phải xuất phát từ trái tim. Bởi khi ai đó đề ra kỷ luật cho bạn, chúng sẽ không bao giờ thích hợp với bạn, giống như bạn mặc quần áo mượn vậy. Chúng sẽ quá chật hoặc quá rộng, và lúc nào bạn cũng cảm thấy mình thật ngốc nghếch trong bộ quần áo đó.

Người sáng tạo phải gạt bỏ những cái nên và không nên đó. Anh ta cần sự tự do và không gian rộng lớn. Anh ta cần cả bầu trời và mọi vì sao. Chỉ có như thế thì sự ngẫu hứng sâu thẳm trong anh mới bắt đầu trỗi dậy.

Kỷ luật là một hiện tượng mang tính cá nhân. Khi bạn vay mượn nó, bạn sẽ bắt đầu sống theo các nguyên tắc đã được lập sẵn, hay còn gọi là những nguyên tắc "chết". Trong khi đó cuộc sống thì không bao giờ chết, nó thay đổi từng giây từng phút. Cuộc sống là một dòng chảy không ngừng.

Heraclitus nói đúng, rằng không ai có thể tắm hai lần trên một dòng sông. Chúng ta phải hết sức tỉnh táo, không ngừng quan sát các tình huống, sắc thái khác nhau và đáp ứng tùy theo từng khoảnh khắc chứ không phải dựa theo những câu trả lời đã sẵn có do người khác đưa cho.

Cả thế giới đang trở nên điên loạn do những nguyên tắc được định đặt sẵn! Chúng đã lỗi thời và lẽ ra phải bị chôn vùi từ rất lâu. Bạn đang mang theo mình những cái xác chết bốc mùi. Và bạn đang sống kiểu gì vậy khi để những cái xác chết đó chất ngổn ngang quanh mình?

Tôi đã chia sẻ với bạn về ý nghĩa, cũng như sự tự do và trách nhiệm của khoảnh khắc hiện tại. Một điều gì đó đúng cho khoảnh

khắc này có thể sẽ sai trong khoảnh khắc tiếp theo. Đừng cố đồng nhất, bằng không bạn sẽ chết. Hãy sống và tận hưởng cuộc sống với tất cả những điều bất nhất của nó. Sống trọn mọi khoảnh khắc mà không lấn cấn gì đến quá khứ hay tương lai, khi đó sự đáp ứng của bạn đối với cuộc sống sẽ là trọn vẹn. Trong sự trọn vẹn luôn có sẵn cái đẹp lẫn sự sáng tạo. Mọi điều bạn làm đều sẽ toát lên vẻ đẹp riêng.

3

THẤY NIẾT BÀN GIỮA TRẦN THẾ

Có bao giờ bạn nghe chuyện một người làm vườn đã làm cho cuộc sống thêm tươi đẹp lại được trao giải Nobel chưa? Cũng như có bao giờ bạn nghe người ta trao giải cho một người nông dân quanh năm lo cày ruộng và sản xuất ra lương thực cho chúng ta? Chưa bao giờ, họ sống cả cuộc đời, rồi trở về với đất mà không hề được ai biết đến.

Đó là một sự phân ranh tệ hại. Mọi linh hồn sáng tạo, bất kể anh ta sáng tạo ra cái gì đi nữa, đều nên được kính trọng và tôn vinh để tính sáng tạo cũng được tôn vinh. Nhưng ngay cả các chính trị gia cũng được giải Nobel, trong khi thực chất nhiều người chỉ là những tên tội phạm tinh ranh. Tất cả những cuộc đổ máu từng xảy ra trên thế giới đều do những người này gây ra và họ còn đang chuẩn bị thêm nhiều vũ khí hạt nhân khác cho cuộc tự sát toàn cầu.

Trong xã hội của những con người trung thực, chân thực, tính sáng tạo sẽ được tôn vinh, kính trọng vì người sáng tạo chính là người tham gia vào công việc của Thượng đế.

Nói đến đây, tôi chợt nhớ đến Abraham Lincoln. Ông xuất thân từ gia đình làm nghề đóng giày và đã trở thành tổng thống Hoa Kỳ. Thường thì mọi nhà quý tộc đều cực kỳ khó chịu và dễ cáu tiết, bực bội – chính vì thế mà không phải ngẫu nhiên Abraham Lincoln bị ám sát. Họ không chịu nổi ý nghĩ tổng thống của một đất nước lại là con ông thợ giày.

Ngay trong ngày đọc diễn văn nhậm chức trước Thượng viện, lúc ông vừa đứng dậy thì một nhà quý tộc xấu xa đã nhao lên nói:

“Ông Lincoln, mặc dù do tình cờ ông đã trở thành tổng thống của đất nước nhưng ông cũng đừng quên rằng trước kia ông đã từng theo cha mình đến nhà tôi để đóng giày cho gia đình tôi. Và có nhiều nghị sĩ đang đi những đôi giày do cha ông đóng, vì thế đừng bao giờ quên nguồn gốc của ông đấy”.

Mọi linh hồn sáng tạo, bất kể anh ta sáng tạo ra cái gì đi nữa, đều nên được kính trọng và tôn vinh để tính sáng tạo cũng được tôn vinh. Nhưng ngay cả các chính trị gia cũng được giải Nobel, trong khi thực chất nhiều người chỉ là những tên tội phạm tinh ranh.

Nhà quý tộc này nghĩ rằng mình đang sỉ nhục tổng thống. Nhưng không ai có thể hạ nhục một người như Abraham Lincoln. Chỉ những kẻ bé mọn mới cảm thấy mình bị lăng mạ, còn những con người vĩ đại luôn vượt thoát khỏi những lời cay nghiệt.

Abraham Lincoln có nói một lời khiến cho mọi người nhớ mãi: “Tôi chân thành cảm ơn ông đã nhắc nhở tôi về cha mình trước khi tôi đọc bài diễn văn nhậm chức trước Thượng viện. Cha tôi thật tốt bụng, ông là một nghệ sĩ sáng tạo – chắc không ai có thể làm ra những đôi giày tuyệt đẹp như ông.

Tiện đây tôi cũng muốn nhắn gửi đến tất cả quý vị rằng, nếu những đôi giày do cha tôi làm có bó chặt chân các vị thì cũng không sao vì tôi đã học được nghệ thuật của ông ấy. Tôi tuy không phải là một thợ giày xuất sắc nhưng ít ra tôi cũng có thể sửa giày cho các vị. Chỉ cần báo cho tôi biết, tôi sẽ đến nhà các vị ngay”.

Dẫu bạn vẽ tranh, điêu khắc hay làm giày; dẫu bạn là người làm vườn, nông dân, ngư dân hay thợ mộc, điều đó không quan trọng. Điều quan trọng là bạn có đặt cả tâm hồn mình vào cái đang được sáng tạo hay không. Nếu có, đâu đó trong sản phẩm bạn làm ra sẽ toát lên nét thiêng liêng, thần thánh.

Cả Thượng viện im phăng phắc, các thượng nghị sĩ hiểu rằng họ không thể nào làm nhục con người này. Và ông đã chứng tỏ được sự quan tâm, nể phục của mình đối với tinh thần sáng tạo.

Do vậy, dẫu bạn vẽ tranh, điêu khắc hay làm giày; dẫu bạn là người làm vườn, nông dân, ngư dân hay thợ mộc, điều đó không quan trọng. Điều quan trọng là bạn có đặt cả tâm hồn mình vào cái đang được sáng tạo hay không. Nếu có, đâu đó trong sản phẩm bạn làm ra sẽ toát lên nét thiêng liêng, thần thánh.

Hãy nhớ rằng sáng tạo không hề liên quan gì đến bất kỳ công việc đặc biệt nào. Sáng tạo chỉ liên quan đến ý thức của bạn. Mọi điều

bạn làm đều có thể trở nên đầy tính sáng tạo nếu bạn hiểu được ý nghĩa thật sự của sự sáng tạo.

Sáng tạo nghĩa là tận hưởng mọi công việc, một trải nghiệm tuyệt vời chẳng khác gì thiền định, nghĩa là làm mọi việc với tình yêu sâu sắc. Nếu bạn làm với tình yêu đích thực, việc dọn dẹp cũng trở thành một công việc sáng tạo. Còn bằng không thì nó chỉ là một công việc vặt vãnh, một thứ "phải" làm, một gánh nặng. Rồi bạn muốn có một thời điểm khác để sáng tạo. Bạn sẽ làm gì vào lúc ấy? Liệu bạn có thể tìm thấy việc gì khác tốt hơn để làm? Có phải bạn đang nghĩ rằng mình sẽ sáng tạo hơn nếu được vẽ tranh?

Tuy vậy, việc vẽ tranh cũng bình thường như dọn sàn thôi. Một đằng, bạn sẽ ném màu lên tấm vải vẽ; còn đằng kia, bạn lau dọn, chùi rửa. Vậy có gì khác nhau? Nói chuyện với ai đó, chẳng hạn như với một người bạn, thì bạn cảm thấy mình đang hoang phí thời gian. Bạn chỉ muốn viết một quyển sách vĩ đại để cảm thấy mình sáng tạo. Nhưng người bạn ấy đã tới rồi kìa! Tán gẫu một chút cũng hay đấy chứ – hãy sáng tạo đi!

Kinh sách thật ra cũng chỉ là tập hợp những câu chuyện tán gẫu của những người sáng tạo. Tôi đang làm gì đây trong quyển sách này? Cũng chỉ là tán gẫu với bạn mà thôi. Biết đâu một ngày nào đó chúng sẽ trở thành sách Phúc âm, nhưng ban đầu chúng chỉ là những chuyện tầm phào. Nhưng tôi thích cái mình đang làm, tôi cứ tiếp tục cho đến mãi mãi. Có thể một ngày nào đó bạn thấy mệt mỏi khi cứ ngồi nghe như thế này nhưng tôi thì không, bởi với tôi đó là niềm vui. Dẫu mọi người có ra về hết, chẳng còn lại ai, tôi vẫn sẽ tiếp tục nói. Nếu bạn thật sự yêu một điều gì đó, thì đấy chính là sáng tạo.

Nhiều người ngay từ lần đầu tiên gặp tôi đã nói ngay: "Việc gì cũng được, thầy Osho ạ. Việc gì cũng được, kể cả dọn dẹp!". Chính xác hơn thì họ nói là: "Kể cả dọn dẹp cũng được, miễn sao đó là việc của thầy. Chúng tôi sẽ vui vẻ làm". Thế rồi chỉ sau vài ngày họ lại tìm đến tôi và bảo: "Dọn dẹp ư... nhưng chúng tôi cần một công việc nào đó cực kỳ sáng tạo!".

Có một giai thoại như sau:

Lo lắng về đời sống tình dục uể oải của hai vợ chồng, cô vợ trẻ bèn thuyết phục anh chồng đi trị liệu bằng phương pháp thôi miên. Sau vài buổi, ham muốn tình dục của anh chồng lại trỗi dậy nhưng trong lúc quan hệ, thỉnh thoảng anh ta cứ chạy ra khỏi phòng ngủ để vào phòng tắm, rồi trở lại.

Quá ngạc nhiên, một hôm cô vợ bèn đi theo anh vào phòng tắm. Rón rén đi đến cửa, cô thấy anh đứng trước gương, nhìn chằm chặp vào mình và lẩm bẩm: "Cô ấy không phải là vợ mình... Cô ấy không phải là vợ mình".

Khi bạn phải lòng một người phụ nữ, bạn tiến tới tìm hiểu, quan hệ xác thân, tận hưởng khoái lạc... nhưng rồi mọi việc đi qua, cô ấy đã là vợ bạn. Mọi thứ dần trở nên cũ kỹ. Bạn đã quá thân quen với gương mặt ấy, thân hình ấy, đường nét ấy. Bạn thấy chán! Vậy là nhà thôi miên đã làm tốt công việc của ông ta! Ông đã đưa ra một đề nghị hết sức đơn giản, đó là trong lúc giao hoan, bạn hãy nghĩ: "Cô ấy không phải là vợ mình... Cô ấy không phải là vợ mình".

Vì vậy, trong lúc dọn dẹp, bạn hãy nghĩ là mình đang vẽ tranh. "Đây không phải là dọn dẹp. Đây là công việc sáng tạo vĩ đại" và mọi thứ sẽ trở nên như thế! Chỉ cần khéo léo một chút với tâm trí, bạn sẽ có thể làm cho mọi hành động của mình thấm đẫm tính sáng tạo.

Người hiểu biết sẽ không ngừng sáng tạo. Anh ta không hề cố tỏ ra sáng tạo mà ngay trong cái cách anh ta ngồi cũng đậm tính sáng tạo. Mỗi cử động của anh chẳng khác vì một vũ điệu, trông thật đường hoàng.

Mới hôm nọ tôi có đọc được câu chuyện về một vị thiền sư chết với tư thế đứng trong huyệt mộ nhưng vẫn toát lên vẻ oai nghiêm. Ngay cả trước lúc qua đời, ông vẫn thực hiện một hành động sáng tạo. Quá hoàn hảo, không thể nào làm tốt hơn được!

Nấu ăn, dọn dẹp... toàn là những chuyện nhỏ nhặt! Nhưng cuộc sống vốn dĩ được tạo nên từ những điều nhỏ bé như thế. Chỉ có cái tôi mới không ngừng bảo chúng là nhỏ nhặt.

Bạn thường muốn làm điều gì đó lớn lao. Bạn muốn trở thành Shakespeare, Kalidas, Milton... Chính cái tôi đã sinh ra biết bao nhiêu phiền toái. Vì vậy hãy vứt bỏ cái tôi đi, rồi mọi thứ sẽ trở nên sáng tạo.

Tôi có nghe được cuộc đối thoại như sau:

Một bà nội trợ nọ thấy cậu bé bán tạp phẩm lanh lẹ thì rất thích, bà bèn hỏi tên cậu bé là gì. "Shakespeare ạ!", cậu bé đáp.

– Cái tên này nổi tiếng lắm đấy!

– Hẳn là thế rồi. Cháu đã giao hàng ở khu này gần ba năm rồi.

Tôi thích câu trả lời của cậu bé! Tại sao cứ phải bận tâm đến việc là Shakespeare? Ba năm giao hàng trong khu phố, công việc đó cũng hay ho có khác gì viết một quyển sách, một cuốn tiểu thuyết hay một vở kịch đâu!

Cuộc sống luôn chứa đựng những điều nhỏ bé. Và chúng sẽ trở thành vĩ đại nếu bạn làm chúng với tình yêu thương. Khi đó mọi thứ đều trở nên thật lớn lao, đẹp đẽ. Còn bằng không, cái tôi sẽ không ngừng bảo: "Việc này chẳng xứng với anh. Dọn dẹp ư? Chẳng xứng với anh chút nào! Hãy làm việc gì đó lớn lao hơn, hãy trở thành Joan of Arc(**)". Song, tất cả những thứ đó đều vô nghĩa.

(**) *Jeanne d'Arc hay Joan of Arc (1412 – 1431): nữ anh hùng người Pháp trong cuộc chiến giữa Pháp và Anh. Ngày 16 tháng 5 năm 1920, Jeanne d'Arc được chính thức phong Thánh.*

Cuộc sống vốn dĩ được tạo nên từ những điều nhỏ bé như thế. Chỉ có cái tôi mới không ngừng bảo chúng là nhỏ nhặt. Bạn thường muốn làm điều gì đó lớn lao. Bạn muốn trở thành Shakespeare, Kalidas, Milton... Chính cái tôi đã sinh ra biết bao nhiêu phiền toái. Vì vậy hãy vứt bỏ cái tôi đi, rồi mọi thứ sẽ trở nên sáng tạo.

Dọn dẹp là một công việc vĩ đại! Đừng chạy theo cái tôi. Bất cứ khi nào nó xuất hiện và thuyết phục bạn theo đuổi những điều vĩ đại, ngay lập tức hãy nhận ra và gạt bỏ nó đi, dần dà bạn sẽ thấy cái tầm thường cũng trở nên thiêng liêng. Không gì là trần tục cả, mọi thứ đều thiêng liêng.

Chừng nào mà mọi thứ còn chưa trở nên thiêng liêng đối với bạn thì cuộc sống của bạn vẫn chưa tâm linh. Con người ta trở nên thánh thiện không phải bởi vì bạn gọi họ là thánh – họ trở thành thánh trong mắt bạn vì bạn nghĩ rằng họ làm những việc lớn lao. Song, thánh nhân cũng là những con người bình thường, nhưng họ thiết tha yêu cuộc sống này. Chẻ củi, gánh nước, nấu ăn... tất cả những gì anh ta chạm vào đều toát lên vẻ đẹp thiêng liêng, thần thánh. Anh ta đâu có làm chuyện gì quá lớn lao, anh ta làm mọi việc bằng cả tấm lòng của mình.

Sự vĩ đại không nằm ở công việc bạn thực hiện mà nằm ở chính ý thức làm việc. Hãy thử đi! Hãy thử chạm vào hòn sỏi bằng tất cả tình yêu của bạn, rồi nó sẽ hóa thành viên kim cương khổng lồ. Hãy mỉm cười, đột nhiên bạn sẽ thấy mình trở thành ông hoàng, bà chúa. Hãy cười lên, hãy vui vẻ...

Thánh nhân cũng là những con người bình thường, nhưng họ thiết tha yêu cuộc sống này. Chẻ củi, gánh nước, nấu ăn… tất cả những gì anh ta chạm vào đều toát lên vẻ đẹp thiêng liêng, thần thánh. Anh ta đâu có làm chuyện gì quá lớn lao, anh ta làm mọi việc bằng cả tấm lòng của mình.

Mỗi khoảnh khắc trong cuộc sống cần được thay đổi bằng chính tình yêu của bạn.

Khi tôi bảo bạn hãy sáng tạo, không có nghĩa là bạn phải trở thành họa sĩ hay thi sĩ vĩ đại. Tôi chỉ muốn nói rằng, hãy làm cho cuộc đời bạn trở thành một bức tranh, một bài thơ; bằng không thì cái tôi sẽ xâm nhập vào mảnh đất của bạn và gây phiền toái.

Hãy tìm đến các phạm nhân và hỏi họ xem vì sao họ lại phạm tội ác. Đó là do họ không thể tìm thấy bất kỳ việc lớn lao nào để làm. Họ không thể trở thành tổng thống của một đất nước, chính vì thế họ đã ám sát tổng thống vì việc đó dễ làm hơn. Rồi họ sẽ trở nên nổi tiếng như tổng thống. Họ sẽ được xuất hiện trên trang bìa tất cả các tờ báo.

Khi tôi bảo bạn hãy sáng tạo, không có nghĩa là bạn phải trở thành họa sĩ hay thi sĩ vĩ đại. Tôi chỉ muốn nói rằng, hãy làm cho cuộc đời bạn trở thành một bức tranh, một bài thơ.

Một người nọ đã sát hại bảy người và khi được hỏi tại sao lại làm vậy, vì bảy người kia đều hoàn toàn không can hệ gì đến anh ta, thì anh ta trả lời rằng anh ta muốn trở nên vĩ đại. Trước đó chẳng tờ báo nào chịu đăng bài viết của anh, chẳng ai chịu đăng hình anh trong khi cuộc sống thì ngắn ngủi, do đó anh ta đã giết chết bảy người kia. Họ chẳng hề dính dáng gì đến anh, anh ta cũng chẳng bực tức hay căm ghét gì họ, chỉ đơn giản là vì anh ta muốn trở nên nổi tiếng mà thôi.

Bà Moskowitz đang tự hào khoe với người hàng xóm:

- Bà có biết chuyện gì về Louie, con trai của tôi không?

- Không, cháu làm sao cơ?

- Cháu đến gặp bác sĩ tâm thần, mỗi tuần hai lần.

- Thế có tốt không?

- Tốt chứ! Mỗi giờ cháu phải trả những bốn mươi đô-la cơ đấy! Và tất cả mọi điều cháu nói với bác sĩ đều là về tôi.

Đừng bao giờ dùng cách đó để trở nên nổi tiếng, trở nên vĩ đại. Đừng bao giờ! Cứ trung thực như cuộc sống vốn có là hoàn hảo nhất. Hãy cứ bình thường, cứ trung thực như vốn có là tốt rồi. Tuy nhiên, hãy sống một cách phi thường với sự bình thường ấy. Đó chính là *tâm thức niết bàn.*

Nếu mục đích lớn lao mà bạn muốn đạt tới là niết bàn thì khi đó bạn sẽ sống trong ác mộng. Nhưng nếu niết bàn nằm trong những điều nhỏ nhoi, trong cách bạn sống – nghĩa là trong cách bạn chuyển đổi những hoạt động nhỏ bé thành hành động thiêng liêng – thì khi đó ngôi nhà của bạn sẽ trở thành ngôi đền và cơ thể bạn sẽ trở thành nơi an ngự của Thượng đế. Đồng thời bất cứ nơi nào bạn nhìn, hay bất cứ vật gì bạn chạm vào đều trở nên đẹp đẽ, thiêng liêng vô cùng. Thế thì niết bàn chính là sự tự do.

Niết bàn nghĩa là sống một cuộc sống bình thường với tất cả sự tỉnh thức, tràn ngập ánh sáng ý thức. Điều này hoàn toàn có thể đạt được. Tôi nói vậy vì tôi đã và đang sống như thế. Tôi nói với thẩm quyền của mình, vì tôi không trích dẫn lời của Đức Phật hay Đức Chúa. Đấy hoàn toàn là những lời từ bản thân tôi.

Tôi đã làm được thì bạn cũng làm được. Chỉ cần bạn đừng chạy đuổi theo cái tôi. Chỉ cần bạn yêu quý cuộc sống, tin vào cuộc sống, rồi cuộc sống sẽ trao cho bạn tất cả những gì bạn cần. Cuộc sống sẽ trở thành một ơn phước, một phúc lành đối với bạn.

4
SỐNG MỘNG MƠ

Trong một bài phát biểu của mình, Friedrich Nietzsche(***) có nói: "Thảm họa lớn nhất sẽ rơi xuống nhân loại vào cái ngày mà tất cả những con người mơ mộng đều biến mất". Toàn thể sự tiến hóa của nhân loại là nhờ con người đã mơ mộng về nó. Những gì là mộng mơ của ngày hôm qua sẽ trở thành hiện thực trong hôm nay, và những gì hãy còn là mộng mơ hôm nay sẽ trở thành hiện thực vào ngày mai.

(***) *Friedrich Wilhelm Nietzsche (1844 – 1900): triết gia người Đức. Ông bắt đầu sự nghiệp với vai trò là nhà ngữ văn học, từng viết nhiều bài phê bình về tôn giáo, đạo đức, các vấn đề văn hóa đương thời và triết học.*

Tất cả thi sĩ, nhạc sĩ và nhà huyền môn đều là những con người mơ mộng. Trong thực tế, tính sáng tạo chính là sản phẩm phụ của sự mơ mộng.

Nhưng những mộng mơ này khác với những mộng mơ mà Sigmund Freud đã phân tích. Do đó, bạn cần phân biệt giữa mộng mơ của thi sĩ, nhà điêu khắc, kiến trúc sư, nhà huyền môn hay vũ công với mộng mơ của một tâm trí bệnh hoạn.

Rất đáng tiếc là Sigmund Freud chưa bao giờ đoái hoài đến những con người mơ mộng vĩ đại đã đặt nền tảng cho sự tiến hóa của nhân loại. Ông ấy chỉ gặp toàn những con người bệnh hoạn về mặt tâm lý, và do bởi cả cuộc đời ông dành cho việc phân tích những giấc mơ của các bệnh nhân tâm thần nên từ "mơ" đã bị kết án. Những kẻ mất trí có mơ đấy, nhưng giấc mơ đó sẽ hủy hoại anh ta. Còn người sáng tạo cũng mơ, nhưng giấc mơ đó sẽ làm cho thế giới thêm giàu đẹp.

Tôi chợt nhớ đến Michelangelo. Một lần ông ấy đi ngang qua một khu chợ bày bán rất nhiều loại đá cẩm thạch. Trông thấy một tảng đá rất đẹp, ông bèn hỏi han về nó. Người chủ bèn đáp: "Nếu muốn, ông có thể lấy miễn phí vì nó nằm đó rất chiếm chỗ. Đã mười hai năm rồi mà chẳng có ai buồn hỏi về nó, tôi cũng không thấy có tiềm năng gì ở tảng đá này".

Michelangelo bèn lấy tảng đá về và miệt mài làm việc gần một năm trời, cuối cùng tạc nên một bức tượng đẹp chưa từng có. Đó là bức tượng Chúa Jesus sau khi được đưa từ Thập tự giá xuống và đang nằm trong lòng Mẹ Maria. Tôi chỉ được nhìn thấy hình chụp về bức tượng nhưng nó sống động đến đỗi trông như thể Ngài sắp sửa thức dậy bất cứ lúc nào. Michelangelo đã gọt đẽo tảng đá khéo léo, kỳ công đến nỗi bạn có thể cảm nhận được cả sức mạnh của Chúa Jesus lẫn sự mong manh, dễ vỡ của những giọt nước mắt trên gương mặt Đức Mẹ.

Sau khi tạc xong bức tượng, Michelangelo đã mời người chủ tiệm đá đến nhà để chiêm ngưỡng. Không thể tin vào mắt mình, ông thốt lên: "Ông kiếm tảng đá cẩm thạch đẹp tuyệt này ở đâu vậy?".

Michelangelo bèn đáp: "Ông không nhận ra ư? Đó chính là tảng đá xấu xí đã nằm ở tiệm của ông suốt mười hai năm đấy". Ông chủ tiệm ngạc nhiên: "Làm sao ông biết tảng đá xấu xí đó lại có thể trở thành bức tượng đẹp như vầy?".

Michelangelo trả lời: "Tôi không hề nghĩ về chuyện đó. Tôi từng mơ ước sẽ được tạc một bức tượng như vậy. Và khi đi ngang tảng đá, đột nhiên tôi trông thấy Chúa Jesus gọi 'Ta đang bị mắc kẹt trong tảng đá này. Hãy giải thoát cho Ta, hãy giúp Ta ra khỏi tảng đá này'. Tôi đã trông thấy một bức tượng y hệt như thế này trong tảng đá. Do vậy tôi chỉ làm một phần việc rất nhỏ, đó là loại bỏ những phần không cần thiết của tảng đá. Thế là Chúa Jesus và Mẹ Maria được giải thoát khỏi sự ràng buộc ấy".

Mới vài năm trước thôi, một kẻ điên đã cố tìm cách phá hủy nó; còn giờ thì nó được đặt ở Vatican. Khi được hỏi vì sao lại làm vậy, hắn ta đáp: "Tôi cũng muốn được nổi tiếng. Michelangelo phải làm việc ròng rã một năm trời để trở nên nổi tiếng; còn tôi, tôi chỉ mất có năm phút là đã phá hủy toàn bộ bức tượng. Và tên tôi sẽ xuất hiện trên tít lớn của các tờ báo trên toàn thế giới".

Cả hai đều tác động đến tảng đá, nhưng một người thì là nhà sáng tạo, còn người kia là một kẻ điên.

Sẽ là một sự cống hiến vĩ đại nếu có một người cũng giống như Sigmund Freud nhưng thay vì phân tích giấc mơ của những người tâm thần, họ sẽ phân tích giấc mơ của những người không chỉ khỏe mạnh về mặt tâm lý mà còn sáng tạo nữa. Khi đó, kết quả phân tích sẽ cho thấy mọi giấc mơ không phải là sự ức chế mà là sản phẩm của một ý thức sáng tạo. Giấc mơ của họ không hề bệnh hoạn, ngược lại chúng còn thật sự lành mạnh. Toàn bộ sự tiến hóa và ý thức của con người đều phụ thuộc vào những mộng mơ như thế này.

Toàn thể sự tồn tại trên thế gian là một sự hợp nhất hữu cơ. Chúng ta, người với người, không chỉ nắm tay nhau mà còn đang nắm tay với cả cây cối. Chúng ta không chỉ cùng hít thở mà cả Vũ trụ này đang hít thở cùng nhau.

Cả Vũ trụ là một bản tổng hòa. Chỉ có con người là đã quên mất ngôn ngữ của sự hòa hợp, và nhiệm vụ của tôi ở đây là nhắc bạn nhớ lại. Chúng ta không tạo ra sự hòa hợp, mà sự hòa hợp ấy chính là thực tế. Chỉ có điều là bạn đã quên. Có thể nó quá hiển nhiên nên bạn quên mất. Hoặc là do bạn sinh ra trong thực tế ấy nên bạn không ý thức về nó.

Một con cá nọ hay suy nghĩ theo kiểu triết học đi hỏi một con cá khác: "Tôi nghe nói rất nhiều về đại dương, anh có biết nó ở đâu không?". Nó đang sống trong đại dương kia mà! Nó sinh ra ở đại dương, lớn lên trong đại dương và chưa bao giờ rời đại dương. Chưa bao giờ đại dương là một vật thể tách rời khỏi bản thân nó. Một con cá già cũng bảo với nó rằng: "Thì chúng ta đang ở trong đại dương chứ đâu!".

Thế nhưng con cá triết gia trẻ nọ không thỏa mãn với câu trả lời này: "Bác đùa ấy chứ! Đây là nước mà bác gọi là đại dương. Cháu phải đi hỏi thêm những người thông thái khác quanh đây thôi".

Và con cá đó chỉ hiểu về đại dương khi nó bị người đánh cá bắt lên bờ. Khi ấy, lần đầu tiên trong đời nó mới hiểu rằng trước nay mình vẫn luôn sống trong đại dương, đại dương chính là cuộc đời của nó. Không có đại dương, nó sẽ không sống nổi.

Nhưng với con người thì khó đấy!

Bạn không thể nào tách rời khỏi sự tồn tại, bởi sự tồn tại là bất tận và cũng chẳng có bến bờ nào để bạn có thể đứng riêng ra mà ngắm sự tồn tại. Cho dù bạn ở đâu, bạn cũng sẽ là một phần của toàn thể sự tồn tại.

Tất cả chúng ta đều cùng thở chung một bầu không khí. Chúng ta là một phần của dàn nhạc giao hưởng. Đây là một trải nghiệm tuyệt vời – đừng gọi đó là mơ, vì từ mơ đã bị Sigmund Freud gán cho một ý nghĩa hết sức sai lệch; nếu không thì nó đã là một trong những từ đẹp nhất, thi vị nhất.

Chỉ cần tĩnh lặng, hân hoan và hiện hữu. Trong trạng thái tĩnh lặng đó, bạn sẽ cảm thấy mình đang hòa nhập cùng mọi người. Còn khi bạn suy nghĩ, bạn sẽ tách rời khỏi mọi người, bởi vì trong lúc bạn đang nghĩ về điều này thì người khác lại nghĩ về điều nọ. Nhưng nếu cả hai đều tĩnh lặng, bức tường giữa bạn và họ sẽ biến mất.

Hai sự tĩnh lặng không thể nào là hai mà phải trở thành một.

Những giá trị cao quý – như yêu thương, tĩnh lặng, an lạc, hạnh phúc, thành kính… – sẽ cho bạn cảm nhận về sự nhất thể. Tất cả chúng ta đều là những hình thức thể hiện khác nhau của một thực tế, những bài hát khác nhau của một ca sĩ, những vũ điệu khác nhau của một vũ công, những bức tranh khác nhau của một họa sĩ.

Nhưng xin bạn đừng gọi đó là mơ, đây chính là thực tại. Thực tại đẹp hơn bất kỳ giấc mơ nào. Thực tại phiêu diêu hơn, rực rỡ hơn, hân hoan hơn và nhiều vũ điệu hơn sức tưởng tượng của bạn. Thế nhưng chúng ta lại quá u mê…

Cái u mê đầu tiên là chúng ta nghĩ rằng mình là những cá nhân riêng rẽ. Nhưng tôi xin nhấn mạnh rằng chẳng ai là một hòn đảo cô độc trên thế gian này, tất cả chúng ta đều là một phần của lục địa bao la. Lục địa có thể mênh mông, song không vì thế mà chúng ta tách rời nhau. Sự mênh mông đó chỉ làm cho cuộc sống thêm phong phú và đa dạng – một phần trong chúng ta ở Himalayas, một phần trong chúng ta ở trên các vì sao, một phần trong chúng ta ở trong những bông hoa hồng, một phần trong chúng ta ở trong con chim đang tung cánh và một phần của chúng ta đang ngự trong màu xanh của cây cối. Chúng ta lan tỏa ra khắp nơi. Việc nhìn nhận đây là một thực tế sẽ giúp bạn biến đổi hoàn toàn cách tiếp cận cuộc sống, cũng như mọi hành động và bản thân bạn.

Khi đó, bạn sẽ tràn ngập yêu thương và lòng kính trọng đối với cuộc sống. Lần đầu tiên, bạn sẽ trở nên thuần thành tôn giáo – không thuộc về một tôn giáo đã được định danh nào, mà là thuần thành tôn giáo.

Khi bạn suy nghĩ, bạn sẽ tách rời khỏi mọi người, bởi vì trong lúc bạn đang nghĩ về điều này thì người khác lại nghĩ về điều nọ. Nhưng nếu cả hai đều tĩnh lặng, bức tường giữa bạn và họ sẽ biến mất. Hai sự tĩnh lặng không thể nào là hai mà phải trở thành một.

Religion, thường được dịch thành *tôn giáo*, là một từ rất hay, rất đẹp. Nghĩa gốc của nó là *gắn kết những người đã tách rời nhau do u mê*, là *làm họ thức tỉnh để họ không còn thấy mình chia rời, tách biệt với nhau nữa.* Khi đó, bạn không thể làm tổn thương dù chỉ là một cái cây. Khi đó, lòng trắc ẩn cũng như tình yêu thương của bạn hoàn toàn là tự nhiên, không phải là sự biểu lộ gắng gượng, không hề do được vun trồng hay rèn luyện mà có. Tình yêu do được vun trồng mới nên thì là thứ tình yêu giả tạo.

Nhân danh tôn giáo, rất nhiều tội ác đã diễn ra trong quá khứ. Số người đã chết dưới tay những kẻ nhân danh tôn giáo là nhiều hơn cả. Rõ ràng tất cả những tôn giáo này đều giả tạo, rởm đời.

Tôn giáo đích thực cần phải được sinh ra.

Có lần, nhân dịp H. G. Wells, văn sĩ nổi tiếng người Anh, xuất bản quyển lịch sử thế giới – vốn là một công trình đồ sộ – ông đã được hỏi rằng: "Ông nghĩ gì về sự văn minh?".

Ông trả lời như sau: "Đó là một ý tưởng hay, tuy nhiên cần có một người làm điều gì đó để biến nó thành hiện thực".

Vậy là mãi cho đến nay chúng ta vẫn chưa văn minh, chưa có văn hóa, chưa tôn giáo. Nhân danh văn minh, nhân danh văn hóa và nhân danh tôn giáo, chúng ta đã làm những điều hết sức tàn bạo.

Religion, thường được dịch thành tôn giáo, là một từ rất hay, rất đẹp. Nghĩa gốc của nó là gắn kết những người đã tách rời nhau do u mê, là làm họ thức tỉnh để họ không còn thấy mình chia rời, tách biệt với nhau nữa.

Con người đã xa rời khỏi thực tại. Họ cần được đánh thức trở lại để hiểu ra một chân lý vĩnh hằng, rằng tất cả chúng ta đều là một. Đây không phải là giả thuyết mà là trải nghiệm của mọi thiền nhân và không hề có ngoại lệ qua nhiều thời đại. Toàn thể sự tồn tại là một sự hợp nhất hữu cơ.

Do vậy bạn đừng nhầm lẫn cho rằng trải nghiệm đẹp chỉ là giấc mơ. Vì gọi như thế tức là bạn đã chối bỏ thực tế của nó. Giấc mơ cần được biến thành hiện thực, đừng để cho thực tại trôi xa vào ảo mộng.

BỐN CÂU HỎI

Trong lòng bạn có một bài ca cần được cất lên và một vũ điệu cần được thể hiện, thế nhưng vũ điệu đó thì vô hình còn bài ca ấy thậm chí bạn chưa từng nghe bao giờ. Nó nằm sâu trong cốt lõi con người bạn và cần được hiển lộ, cần được đưa lên bề mặt.

1
KÝ ỨC VÀ TRÍ TƯỞNG TƯỢNG

Thầy không ngừng khẩn nài chúng tôi hãy từ bỏ ký ức để sống với hiện tại. Nhưng khi từ bỏ ký ức, tôi cũng phải từ bỏ cả trí tưởng tượng đầy sáng tạo của mình sao? Tôi là một nhà văn, và tất cả những gì tôi viết đều bắt nguồn từ những điều tôi nhớ.

Tôi tự hỏi, thế giới sẽ ra sao nếu không có nghệ thuật và sự tưởng tượng đầy sáng tạo đã làm nên nghệ thuật? Tolstoy sẽ chẳng bao giờ có thể trở thành Phật, nhưng liệu Đức Phật có viết được Chiến tranh và Hòa bình *không?*

Bạn không hiểu ý tôi rồi, nhưng điều đó cũng tự nhiên thôi. Bạn sẽ không thể hiểu được tôi, bởi để hiểu tôi bạn sẽ phải từ bỏ ký ức của mình. Ký ức cứ quấy rầy bạn mãi. Giờ bạn nghe những lời tôi nói, rồi sau đó không ngừng diễn giải chúng theo ký ức của bạn. Bạn chỉ hiểu được tôi nếu bạn *hiện hữu* ở đây và ngay bây giờ… vì khi đó chúng ta mới có thể *gặp nhau,* bạn mới có thể ở *cùng* tôi, còn bằng không bạn chỉ hiện diện thân xác nơi đây nhưng tâm hồn thì hoàn toàn đi vắng.

Tôi không bảo bạn phải vứt bỏ *ký ức sự kiện* của mình. Bạn cần biết tên mình là gì, ai là cha mẹ bạn, ai là vợ con bạn, nhà bạn ở đâu và bạn cần phải biết đường để trở về khách sạn, để tìm lại phòng của mình. Cái mà tôi muốn nói đến ở đây là *ký ức tâm lý*. Ký ức sự kiện không phải là vấn đề, nó chỉ thuần túy là sự ghi nhớ. Nhưng khi bạn bị ảnh hưởng về mặt tâm lý thì vấn đề mới nảy sinh. Hãy hiểu lấy sự khác biệt này.

Hôm qua có người lăng mạ bạn. Hôm nay bạn gặp lại người đó. Ký ức sự kiện là "người này đã lăng nhục mình hôm qua", trong khi đó ký ức tâm lý là "tôi sẽ tức sôi lên khi gặp lại anh ta". Tuy nhiên, có thể người kia chỉ đến gặp bạn để xin lỗi, để mong được bạn thứ lỗi. Có thể anh ta đã nhận ra sai lầm của mình, có thể anh ta đã

nhận ra hành động thiếu ý thức của mình. Có thể anh ta đến để dàn hòa với bạn nhưng bạn đã giận sôi lên rồi. Bạn giận và bắt đầu lớn tiếng. Trước mặt bạn không phải là gương mặt hiện tại của người ấy mà bạn bị ảnh hưởng bởi vẻ mặt của anh ta hôm qua. Nhưng hôm qua là hôm qua! Con người này khác với anh ta của hôm qua. Hai mươi bốn tiếng đồng hồ đã tạo ra nhiều thay đổi và bạn cũng không còn giống như bạn của hôm qua nữa.

Ký ức sự kiện thì bảo "người này đã lăng mạ mình hôm qua" nhưng cái "mình" ấy đã thay đổi. Người đàn ông này cũng đã thay đổi. Do vậy dường như đó là sự việc đã xảy ra giữa hai con người mà bạn không còn liên quan gì đến nữa, nghĩ như vậy thì bạn sẽ cảm thấy tự do về mặt tâm lý. Bạn sẽ không bảo: "Tôi vẫn còn giận", vì chẳng còn cơn giận nào đeo bám nữa. Ký ức vẫn còn đấy nhưng tác động tâm lý đã hết rồi. Bạn gặp lại người ấy với con người của anh ta bây giờ và với bản thân bạn của bây giờ.

Một giáo sĩ đến nhổ vào mặt Đức Phật. Anh ta trông rất giận dữ. Đức Phật đã nói những điều khiến các giáo sĩ rất giận. Đức Phật bèn lau mặt và hỏi:

- Anh còn điều gì để nói không?

Đệ tử của Phật là Ananda rất tức giận. Ông giận đến mức đã hỏi Ngài rằng:

- Hãy cho phép con dạy cho anh ta biết phải trái. Thật quá đáng! Con không thể chịu đựng được.

Đức Phật bèn nói:

- Nhưng anh ta đâu có nhổ lên mặt con đâu. Là mặt Ta đấy chứ. Thứ hai nữa, cứ nhìn anh ta mà xem! Anh ta đang gặp rắc rối lớn vô cùng! Hãy từ bi với anh ta. Anh ta muốn nói gì đó với Ta nhưng không đủ lời thích hợp. Đó cũng là vấn đề của Ta nữa, vấn đề dài của cả đời Ta và Ta thấy anh ta cũng đang rơi vào tình thế đó! Ta muốn nói cho các con biết những điều Ta đã hiểu nhưng lại không thể vì không tìm ra lời thích hợp. Người đàn ông này cũng vậy, anh ta giận đến mức không tìm được từ nào có thể diễn đạt hết cơn giận của mình, cũng như tình yêu thương trong Ta nhiều đến mức không lời nói, hành động nào có thể diễn đạt được. Ta hiểu cái khó của anh ta, con hãy ngẫm mà xem!

Đức Phật thấy. Ananda cũng thấy. Đức Phật chỉ thu thập những ký ức sự kiện, trong khi đó Ananda lại tạo ra ký ức tâm lý.

Người đàn ông kia không thể tin vào tai mình khi nghe thấy những lời Đức Phật nói. Anh sốc vô cùng. Anh ta sẽ không bị sốc nếu Đức Phật đánh lại anh hay Ananda nhảy xổ vào anh. Nếu những điều này xảy ra thì chẳng có gì gọi là sốc bởi đó là phản ứng tự nhiên của con người. Nhưng đằng này Đức Phật lại cảm thông và thấu rõ nỗi khó khăn của người này... Rồi anh ra về, suốt cả đêm đó không ngủ được, cứ ngẫm nghĩ mãi về sự việc. Anh bắt đầu cảm nhận về những gì mình đã làm và thấy vô cùng đau đớn. Một vết thương đã xuất hiện trong tim anh.

Sáng hôm sau, anh vội chạy đến bên Đức Phật, phủ phục và hôn lên chân Ngài. Đức Phật bèn nói với Ananda:

- Con hãy xem, vấn đề cũ lại tái diễn! Giờ anh ta lại đang quá cảm kích Ta nên không cất nổi thành lời. Anh ta đang chạm vào chân Ta. Con người thật là bất lực. Bất kể cái gì quá mức cũng không thể diễn đạt thành lời, không thể chuyển tải hay trao đổi với nhau. Họ phải nhờ đến một cử chỉ nào đó để diễn đạt thay. Nhìn xem!

Người đàn ông bắt đầu khóc và nói:

- Xin hãy tha thứ cho tôi, thưa Ngài. Tôi thật lòng xin lỗi Ngài. Tôi thật ngu ngốc khi đã nhổ vào Ngài.

Đức Phật bèn nói:

- Hãy quên chuyện đó đi! Cái người ông nhổ vào mặt đã không còn nữa, cũng như người đã nhổ vào mặt người khác cũng không còn. Anh là một người hoàn toàn mới, Ta cũng thế! Nhìn xem, mặt trời đang mọc là hoàn toàn mới. Mọi thứ đều mới. Ngày hôm qua không còn nữa. Hãy chấm dứt những thứ ấy đi. Làm sao Ta có thể tha thứ cho ông bởi ông có bao giờ nhổ vào mặt Ta đâu. Cái người mà ông nhổ vào mặt đã đi rồi.

Ý thức là một dòng chảy không ngừng.

Khi tôi bảo bạn hãy buông bỏ ký ức, nghĩa là tôi muốn nói đến ký ức tâm lý chứ không phải ký ức sự việc. Đức Phật nhớ rất rõ ngày hôm qua người này đã nhổ vào mặt Ngài nhưng Ngài cũng nhớ rằng cả ông ấy lẫn Ngài đều đã khác với hôm qua. Cái chương đó đã đóng lại, nó không đáng để bạn mang theo suốt đời. Tuy vậy bạn cứ mãi vác lấy nó. Ngay bây giờ có thể bạn vẫn còn nhớ như in câu nói mà ai đó đã nói với mình cách đây mười năm. Cho đến giờ bạn vẫn nhớ đến cái tát của bố khi bạn còn bé, dù có thể bạn đã bảy mươi tuổi.

Ký ức tâm lý cứ đè nặng bạn. Chúng hủy hoại sự tự do, sức sống và ràng buộc bạn; trong khi ký ức sự việc thì hoàn toàn không có vấn đề gì.

Và bạn cũng cần nhớ thêm một điều này nữa, đó là một khi không có ký ức tâm lý, ký ức sự việc sẽ vô cùng chính xác bởi ký ức tâm lý vô cùng phiền nhiễu. Khi bị quấy nhiễu quá nhiều bởi ký ức tâm lý, làm sao bạn có thể ghi nhớ chính xác được? Điều đó là không thể! Bạn đang lo sợ, đang run rẩy thì làm thế nào bạn có thể nhớ chính xác? Bạn sẽ cường điệu, sẽ thêm thắt hay bỏ mất điều gì đó, hoặc nghĩ ra một điều gì mới. Bạn không còn đáng tin cậy nữa.

Một khi không có ký ức tâm lý, ký ức sự việc sẽ vô cùng chính xác bởi ký ức tâm lý vô cùng phiền nhiễu. Khi bị quấy nhiễu quá nhiều bởi ký ức tâm lý, làm sao bạn có thể ghi nhớ chính xác được?

Người không có ký ức tâm lý là người đáng tin cậy. Chính vì vậy mà máy tính đáng tin cậy hơn con người, bởi chúng không có ký ức tâm lý. Chúng chỉ có những dữ kiện, thuần túy là dữ kiện. Khi bạn nói về một sự kiện, nó đã không còn là một sự kiện nữa bởi bạn đã hư cấu nó đi rồi. Bạn đã nặn khuôn cho nó, đã thay đổi nó, đã tô vẽ nó, đã cho nó màu sắc mà bạn thích; do đó nó không còn là một dữ kiện đơn thuần. Chỉ có Đức Phật, một vị Như Lai, một người đã chứng ngộ mới biết sự kiện là gì, còn bạn chưa bao giờ gặp một dữ kiện bởi bạn mang quá nhiều hư cấu trong đầu. Bất cứ khi nào bạn tìm thấy một dữ kiện, lập tức bạn sẽ áp cái hư cấu của mình vào. Bạn sẽ không bao giờ nhìn thấy bản chất của nó vì thực tại đã bị bóp méo.

Một vị Như Lai, tức là người đã tỉnh thức, lúc nào cũng đúng bởi điều người đó nói luôn tương ứng với thực tế. Một vị Như Lai luôn nói sự thật và chỉ có sự thật mà thôi. Cho dù sự kiện có là gì, Ngài chỉ phản ánh lại nó, giống như một cái gương vậy. Đó là cái mà tôi muốn nói với bạn, hãy buông bỏ ký ức tâm lý và bạn sẽ trở thành một tấm gương phản chiếu.

Bạn hỏi tôi: *"Thầy không ngừng khẩn nài chúng tôi hãy từ bỏ ký ức để sống với hiện tại..."*. Nói như vậy không có nghĩa là bạn không được nhớ quá khứ của mình. Quá khứ là một phần của hiện tại, là bất kể cái gì bạn đã từng làm, từng là. Tuổi thơ vẫn ở trong bạn, con người thanh niên của bạn vẫn ở trong bạn... tất cả những gì bạn đã và đang làm vẫn ở trong bạn. Món ăn mà bạn từng thưởng thức vẫn đang nằm trong máu bạn. Nó đang đi theo một vòng tuần hoàn, nó đã trở thành xương tủy của bạn.

Tình yêu trong quá khứ đã biến đổi bạn. Nó cho bạn một cái nhìn mới mẻ về cuộc sống, nó mở tầm mắt bạn. Ngày hôm qua bạn ngồi đây với tôi. Tuy nó đã thuộc về quá khứ nhưng liệu nó có thật sự chỉ là quá khứ? Làm thế nào nó lại chỉ thuộc về quá khứ? Nó đã thay đổi bạn. Bạn đã được nó châm một tia lửa mới, thắp lên một ngọn lửa mới và đã trở thành một phần trong bạn.

Khoảnh khắc hiện tại của bạn chứa đựng cả quá khứ. Không những thế, khoảnh khắc hiện tại của bạn còn có thể chứa đựng cả tương lai nữa bởi quá khứ đã làm thay đổi bạn, đã chuẩn bị cho bạn. Tương lai sẽ xảy ra theo cách mà bạn sống trong hiện tại.

Khoảnh khắc hiện tại chứa đựng toàn bộ quá khứ và cũng đang ươm mầm cho cả tương lai. Một cái cây tuy không nghĩ về nước mà nó đã hút ngày hôm qua nhưng nước vẫn còn ở đấy, cũng như nó không nghĩ đến tia nắng đã chiếu lên nó ngày hôm qua. Cây cối không ngu ngốc như con người.

Sao bạn phải bận tâm đến những tia nắng của ngày hôm qua? Chúng đã được hấp thụ và trở thành một phần của màu xanh, màu đỏ và màu vàng của cây. Cái cây đang tận hưởng ánh nắng sáng nay mà không hề mang ký ức tâm lý của ngày hôm qua. Ngày hôm qua vẫn còn đọng lại trong những chiếc lá, bông hoa, nhánh cây, bộ rễ hay trong nhựa cây. Và tương lai cũng đang đến qua những cái nụ hoa be bé, qua những chiếc lá non nõn nà.

Do đó tôi không có ý nói bạn phải quên đi quá khứ sự kiện mà chỉ đơn giản nói rằng đừng để chúng làm phiền nữa. Bạn không nên cứ đầu tư vào quá khứ tâm lý. Tôi cũng không có ý bảo bạn đừng nhớ nữa, bởi con người luôn cần có ký ức. Những gì vốn là nhu cầu trong hiện tại, bạn hãy đáp ứng ngay. Có người hỏi xin số điện thoại của bạn, bạn đáp rằng: "Làm sao tôi nói cho anh/chị biết được? Bởi tôi đã rũ bỏ quá khứ của mình rồi". Nếu đáp thế thì bạn sẽ gặp rắc rối ngay. Thế là cuộc sống, thay vì tự do và tràn ngập niềm vui, thì lại bị cản trở trong mỗi bước đi, bạn sẽ gặp ngàn lẻ một rắc rối không cần thiết do chính mình tạo ra. Chẳng cần phải làm như thế!

Hãy cố gắng hiểu lời tôi.

"... Nhưng khi từ bỏ ký ức, tôi cũng phải từ bỏ cả trí tưởng tượng đầy sáng tạo của mình sao?".

Ký ức thì có liên quan gì đến trí tưởng tượng sáng tạo? Trong thực tế, ký ức càng nhiều thì bạn càng kém sáng tạo, vì bạn sẽ không

ngừng lặp lại ký ức trong khi sáng tạo nghĩa là cho phép cái mới xảy ra. Và cho phép cái mới xảy ra nghĩa là gạt bỏ ký ức sang một bên để quá khứ không thể can thiệp vào.

Hãy để cái mới mẻ đến với bạn. Hãy để cái mới khiến tim bạn đập rộn ràng. Bạn sẽ cần đến quá khứ nhưng không phải là bây giờ mà là khi bạn bắt đầu diễn đạt trải nghiệm mới. Khi đó quá khứ được cần đến, vì bạn cần có ngôn ngữ để diễn đạt, mà ngôn ngữ thì bắt nguồn từ quá khứ. Bạn không thể tạo ra ngôn ngữ ngay bây giờ, hoặc nếu có thì nó cũng lắp bắp hoặc vô nghĩa. Và đó không phải là giao tiếp mà chỉ là những lời bi bô con trẻ. Bạn sẽ không thể phát huy tối đa tính sáng tạo thông qua thứ ngôn ngữ ấy.

Ngôn ngữ chỉ nên đến khi trải nghiệm đã có! Để rồi bạn sẽ dùng nó như một công cụ và không để nó cản trở bạn.

Khi bạn trông thấy một bông hồng đang nở trong nắng sớm, hãy ngắm nó. Hãy để nó tác động đến bạn, hãy để nó đi vào lòng bạn. Hãy để vẻ đẹp của hoa hồng làm bạn mê mẩn, chế ngự bạn. Đừng nói gì cả mà hãy cứ đợi. Hãy kiên nhẫn và rộng mở tâm hồn. Hãy say mê ngắm nhìn. Hãy để hoa hồng tự tìm đến bạn, cũng như bạn tìm đến nó. Hãy để cho cuộc gặp gỡ ấy diễn ra. Hãy để cả hai tìm thấy sự đồng cảm.

Hãy nhớ rằng, bông hồng càng thấm sâu vào bạn thì chính bạn cũng đi sâu vào bông hồng đó. Sẽ đến lúc bạn không còn biết đâu là hoa hồng và đâu là người ngắm hoa nữa. Sẽ đến lúc bạn trở thành hoa hồng và hoa hồng sẽ trở thành bạn. Khi đó hãy dùng đến ngôn ngữ, kể cả ngôn ngữ nghệ thuật của bạn. Nếu bạn là họa sĩ, hãy cầm lấy cọ, màu và giá vẽ rồi vẽ ra. Còn nếu bạn là thi sĩ, hãy xông vào căn phòng ký ức sự kiện, chọn lấy những ngôn từ đúng nhất để thể hiện trải nghiệm này.

Nhưng trong lúc trải nghiệm đang diễn ra, đừng nói thầm trong lòng bạn. Bởi việc nói thầm ấy sẽ ảnh hưởng đến sự việc. Bạn sẽ không bao giờ hiểu thấu về hoa hồng mà chỉ biết được bề mặt của nó mà thôi. Và do vậy sự thể hiện của bạn cũng rất nông cạn, nghệ thuật của bạn cũng sẽ chẳng có mấy giá trị.

"... Nhưng khi từ bỏ ký ức, tôi cũng phải từ bỏ cả trí tưởng tượng đầy sáng tạo của mình sao?".

Nói như thế nghĩa là bạn không hiểu ý nghĩa của sáng tạo. Sáng tạo nghĩa là mới lạ, độc đáo, chưa từng biết đến. Bạn phải rộng mở để đón nhận nó, sẵn sàng lăn xả vào nó.

Hãy gạt bỏ ký ức sang một bên và sử dụng nó sau. Còn bây giờ, nó chỉ quấy nhiễu bạn mà thôi.

Sáng tạo nghĩa là mới lạ, độc đáo, chưa từng biết đến. Bạn phải rộng mở để đón nhận nó, sẵn sàng lăn xả vào nó.

Chẳng hạn ngay bây giờ bạn đang lắng nghe tôi, hãy gạt bỏ ký ức sang một bên. Khi đang lắng nghe, bạn có lặp lại trong đầu mình những phép toán mà bạn đã biết không? Bạn có đang tính nhẩm không? Bạn có lặp lại những bài học địa lý mình từng biết không? Hay những bài học lịch sử xa xưa? Hãy gạt tất cả sang một bên. Làm tương tự như vậy với ngôn ngữ và ký ức của bạn. Sẽ có lúc bạn cần đến nó, sẽ có lúc, nhưng bạn cũng chỉ dùng đến nó khi đó mà thôi. Còn bây giờ hãy gạt cả tâm trí sang một bên!

Bạn không hề làm thui chột tâm trí mình mà chỉ đơn giản là cho nó nghỉ ngơi. Bạn có thể bảo tâm trí rằng: "Hãy nghỉ ngơi một tiếng đồng hồ và để yên cho tôi lắng nghe. Khi nào nghe xong, khi nào đã thấu hiểu, khi nào đã ăn uống xong, tôi sẽ cho gọi anh. Khi đó tôi cần anh giúp về ngôn ngữ, kiến thức, cũng như thông tin. Khi đó tôi sẽ vẽ một bức tranh, làm một bài thơ hoặc viết một quyển sách, còn bây giờ anh có thể nghỉ ngơi". Và tâm trí sẽ sảng khoái, tươi mới hơn sau khi được nghỉ ngơi như thế.

Vì muốn tham gia chạy thi Olympic nên anh chàng nọ không ngừng luyện tập suốt hai mươi bốn giờ mỗi ngày. Nhưng đến khi cuộc thi diễn ra, anh ta thậm chí không còn hơi sức để nhúc nhích. Tương tự như vậy đối với tâm trí của bạn. Chỉ khi nào không bị ký ức vây bám thì trí tưởng tượng sáng tạo mới thỏa sức bay bổng. Khi bạn buông bỏ ký ức tâm lý, bạn sẽ trở nên sáng tạo. Còn bằng không, cái mà bạn gọi là sáng tạo thật sự chẳng sáng tạo chút nào, đó chỉ là sự sắp đặt.

Có sự khác biệt lớn giữa sắp đặt và sáng tạo. Sắp đặt là sắp xếp những cái cũ kỹ đã biết theo một cách khác, chứ chẳng có gì là mới mẻ ở đây. Cũng giống như khi bạn xếp đặt lại căn phòng của mình, đồ đạc trong phòng vẫn như cũ, tranh ảnh trên tường vẫn như cũ, các bức màn cũng thế, chỉ là bạn thay đổi lại trật tự của chúng mà thôi. Bạn có thể đặt cái ghế chỗ này, cái bàn chỗ kia, thay bức tranh từ tường bên này sang tường bên kia. Căn phòng trông có khác hơn nhưng thật ra nó chẳng hề mới. Đó là điều mà chín mươi chín phần trăm các tác gia, thi sĩ và họa sĩ đang làm.

Người sáng tạo là người sẽ mang *cái chưa biết*, *cái chưa được biểu hiện* vào *thế giới biểu hiện* này, trở thành ống tre rỗng để Thượng

đế chuyển tải điều gì đó vào thế giới. Nhưng làm thế nào để trở thành ống tre rỗng? Nếu tâm trí bạn quá chộn rộn thì bạn không thể nào trở thành ống tre rỗng được. Sự sáng tạo chỉ đến từ Cội nguồn Sáng tạo chứ không đến từ bạn. Khi đó bạn hoàn toàn biến mất, chỉ có sự sáng tạo hiện hữu và Cội nguồn Sáng tạo đang chiếm ngự bạn.

Người sáng tạo thật sự sẽ hiểu điều đó rất rõ, rằng họ không phải là những chủ nhân sáng tạo mà họ chỉ là những công cụ, phương tiện trung gian. Có điều gì đó diễn ra thông qua họ, chứ bản thân họ không phải là người quyết định.

Bạn cần ghi nhớ sự khác nhau giữa kỹ thuật viên và người sáng tạo. Kỹ thuật viên là người biết rõ cách làm nhưng không hề hiểu biết sâu sắc về sự việc. Trong khi đó người sáng tạo thì hiểu rõ bản chất sự việc, có thể nhìn thấy những điều mà chưa ai từng thấy trước đó, có thể nhìn mọi vật bằng cặp mắt chưa ai từng nhìn trước kia và nghe thấy những điều mà chưa ai từng nghe.

Hãy ngẫm xem... những lời răn của Chúa Jesus là sáng tạo bởi trước đó chưa ai từng nói như thế. Ngài không hề được đi học. Ngài cũng không hề biết về kỹ năng nói chuyện trước công chúng cũng như nghệ thuật hùng biện, nhưng lại là người có tài hùng biện ít ai sánh bằng. Thế thì đâu là bí quyết của Ngài? Là do Ngài thấu hiểu. Ngài chiêm nghiệm về Thượng đế. Ngài đào sâu khám phá những điều chưa biết. Ngài đã gặp những điều chưa biết và những điều không tài nào hiểu được. Ngài đã bước vào không gian đó và nhặt nhạnh được một vài mẩu hiểu biết. Tuy chỉ là những mẩu hiểu biết nhưng chúng sẽ biến đổi toàn bộ ý thức nhân loại.

Người sáng tạo thật sự sẽ hiểu điều đó rất rõ, rằng họ không phải là những chủ nhân sáng tạo mà họ chỉ là những công cụ, phương tiện trung gian. Có điều gì đó diễn ra thông qua họ, chứ bản thân họ không phải là người quyết định.

Ngài là một người sáng tạo, và tôi gọi đó là một nghệ sĩ. Đức Phật, Lão Tử cũng đều là những nghệ sĩ đích thực! Họ đã biến điều không thể thành có thể. Điều không thể chính là sự gặp gỡ giữa cái đã biết và cái chưa biết, giữa tâm trí và vô trí.

"... Nhưng khi từ bỏ ký ức, tôi cũng phải từ bỏ cả trí tưởng tượng đầy sáng tạo của mình sao?".

Không phải vậy. Ký ức chẳng liên quan gì đến trí tưởng tượng sáng tạo. Trong thực tế, nếu gạt ký ức sang một bên, bạn sẽ có

được trí tưởng tượng sáng tạo. Bạn không thể sáng tạo nếu bị ký ức đè nặng.

"... Tôi là một nhà văn, và tất cả những gì tôi viết đều bắt nguồn từ những điều tôi nhớ".

Vậy thì bạn không hẳn là một nhà văn. Cái bạn nhớ là cái đã chết. Bạn phải liên hệ với những gì trong hiện tại chứ không phải cái mà bạn nhớ. Bạn phải liên hệ với những cái xung quanh mình. Bạn phải đi sâu vào hiện tại để có thể bắt gặp lại điều gì đó trong quá khứ.

Sáng tạo thật sự không hề xuất phát từ ký ức mà từ sự tỉnh thức. Bạn sẽ phải tỉnh thức nhiều hơn. Càng tỉnh thức thì cái lưới để tóm bắt ý tưởng càng lớn và dĩ nhiên là bạn sẽ càng bắt được nhiều cá.

"... Tôi tự hỏi, thế giới sẽ ra sao nếu không có nghệ thuật và sự tưởng tượng đầy sáng tạo đã làm nên nghệ thuật?".

Chín mươi chín phần trăm tác phẩm nghệ thuật không hề nghệ thuật chút nào mà chỉ là rác rưởi. Hiếm hoi có được một tác phẩm nghệ thuật thật sự, hiếm vô cùng. Và chín mươi chín phần trăm cái được gọi là nghệ thuật kia nếu biến khỏi trái đất này thì sẽ là một điều ơn phước bởi chúng là những thứ tởm lợm chứ không hề sáng tạo chút nào.

Hiện nay có một loại hình trị liệu rất ý nghĩa, đó là trị liệu bằng nghệ thuật. Nó có ý nghĩa và nó giải quyết được vấn đề, đặc biệt đối với người bị bệnh về mặt tinh thần. Người bệnh được cung cấp vải bạc, màu và cọ vẽ để vẽ bất cứ thứ gì họ thích. Dĩ nhiên là bất cứ thứ gì anh ta vẽ ra cũng sẽ điên rồ, mất trí. Nhưng sau đó, bạn sẽ ngạc nhiên khi thấy anh ta bắt đầu trở nên tỉnh táo. Vẽ như vậy có tác dụng thanh tẩy như khi ta nôn mửa. Hệ thần kinh của anh ta đã nôn mửa sự điên rồ ra ngoài.

Cái mà người ta gọi là nghệ thuật hiện đại cũng giống như thế. Những bức họa của Picasso có thể đã giúp ông ấy tránh khỏi cơn điên. Thật nguy hiểm khi ngắm chúng; vì nếu chăm chăm vào bãi nôn của người khác, thể nào bạn cũng sẽ phát điên. Hãy tránh xa chúng! Đừng bao giờ chưng một bức họa của Picasso trong phòng ngủ của bạn, không thì bạn sẽ gặp ác mộng mất.

Cứ tưởng tượng mà xem... chỉ trong vòng mười lăm phút ngắm tranh của Picasso... bạn sẽ cảm thấy bồn chồn, khó chịu, choáng váng và buồn nôn. Chuyện gì đã xảy ra? Vì đó là thứ người khác đã

nôn ra! Nó có ích cho ông ấy, tốt cho ông ấy nhưng lại không tốt cho người khác.

Nhưng với tác phẩm của Michelangelo, bạn có thể ngắm hàng giờ. Càng ngắm, bạn càng cảm thấy thanh bình và tĩnh lặng. Đó không phải là của nôn mửa. Ông ấy đã gửi gắm vào tác phẩm của mình một điều gì đó đến từ cái chưa biết. Đó không phải là sự điên rồ mà ông ấy đã nôn ra thông qua hội họa, điêu khắc, thi ca hay âm nhạc. Đó không phải là tác phẩm của sự bệnh hoạn và ông ta không hề muốn khỏi bệnh thông qua chúng. Thực tế là hoàn toàn ngược lại: ông ấy đang "thai nghén" chứ không hề bệnh hoạn. Ông "thai nghén" với Thượng đế. Có điều gì đó đã bắt rễ từ trong chính ông và ông muốn chia sẻ nó với mọi người. Đó là sự đơm hoa kết trái, là sự viên mãn. Ông đã sống một cách sáng tạo, đã yêu cuộc đời mình một cách sáng tạo. Ông cho phép cuộc đời bước vào nơi linh thiêng sâu bên trong ông và ở đó, ông đã thai nghén với đời, với Thượng đế. Và một khi đã thai nghén, bạn phải cho ra đời một cái gì đó.

Picasso và Nietzsche nôn mửa, còn Đức Phật và Michelangelo thì sinh cho đời. Giữa hai khái niệm này có sự khác biệt rất lớn. Sinh ra một đứa trẻ hoàn toàn khác với việc nôn ra một cái gì đó.

Beethoven đã sinh cho đời một giá trị lớn lao. Âm nhạc của ông giúp biến đổi tâm hồn bạn, đưa bạn đến một thế giới khác. Ông cho bạn cái nhìn thoáng qua về một bến bờ khác.

Chín mươi chín phần trăm nghệ thuật hiện đại là bệnh hoạn. Nếu như chúng biến mất khỏi thế giới này thì thật tốt biết bao, có ích biết bao và chẳng gây hại gì. Tâm trí hiện đại là một tâm trí nổi giận, bởi bạn không liên hệ được với chính mình, bởi bạn đã đánh mất mọi ý nghĩa, bởi bạn không biết được điều gì là quan trọng.

Một trong những quyển sách nổi tiếng của Jean Paul Sartre là *Nausea (Sự kinh tởm)*. Đó chính là tình trạng của tâm trí hiện đại. Tâm trí hiện đại thật tởm lợm, đang bị nỗi đau giằng xé dữ dội. Và sự hành hạ ấy cũng là kết quả sáng tạo của chính nó.

Friedrich Nietzsche tuyên bố Thượng đế đã chết. Ngày ông ta tuyên bố Thượng đế đã chết, ông ta cũng bắt đầu trở nên mất trí – bởi Thượng đế sẽ không chết chỉ vì lời tuyên bố ấy. Lời tuyên bố của bạn chẳng tạo nên sự khác biệt gì. Nhưng vào giây phút Nietzsche bắt đầu tin vào điều này, rằng Thượng đế đã chết, thì ông ta cũng bắt đầu chết, bắt đầu mất đi sự tỉnh táo, sáng suốt. Một thế giới không có Thượng đế là một thế giới điên cuồng, bởi

chẳng còn ngữ cảnh nào để thế giới tồn tại một cách có ý nghĩa.

Thử nghĩ xem... khi bạn đọc một bài thơ, lời thơ chỉ có ý nghĩa trong ngữ cảnh của bài thơ đó. Nếu bạn lấy một từ ra khỏi ngữ cảnh, nó sẽ không còn ý nghĩa nữa. Lời thơ đó thật đẹp chỉ trong ngữ cảnh ấy. Khi bạn cắt một mẩu ra khỏi bức họa, nó sẽ trở nên vô nghĩa vì đã mất cái cội rễ là ngữ cảnh.

Bạn có thể lấy một con mắt của tôi ra khỏi hốc mắt nhưng khi đó nó sẽ trở thành con mắt chết. Ngay bây giờ, nếu bạn nhìn vào mắt tôi, bạn sẽ thấy chúng có ý nghĩa vô cùng vì chúng tồn tại trong ngữ cảnh là con người tôi, chúng là một phần của thơ ca, là một phần của bức tranh lớn.

Cái ngày mà Nietzsche tuyên bố không có Thượng đế và Người đã chết, ông ấy đã rời khỏi ngữ cảnh sống. Không có Thượng đế sẽ không còn ý nghĩa gì bởi con-người chỉ là hai từ vỏn vẹn trong thiên sử thi vĩ đại của Thượng đế, là một nốt nhạc nhỏ nhoi trong dàn nhạc vĩ đại của Thượng đế. Cái nốt nhạc nhỏ bé đó sẽ đơn điệu, chói tai và hóa rồ.

Đó là điều đã xảy ra với Nietzsche. Ông ta đã tin tưởng tuyệt đối vào tuyên ngôn của mình. Ông là người cả tin vào chính mình. Ông tin rằng Thượng đế đã chết và con người được tự do; nhưng trong thực tế, ông lại trở nên điên rồ và không tự do chút nào. Và thế kỷ này đã nối gót theo Friedrich Nietzsche theo ngàn lẻ một cách. Cả thế kỷ này đã hóa rồ. Lịch sử thế giới chưa từng có thế kỷ nào điên rồ như thế kỷ này. Nó điên rồ vì đã đánh mất ngữ cảnh.

Bạn sống vì cái gì? Bạn nhún vai tỏ vẻ chẳng quan trọng. Bạn xem mọi sự tồn tại chỉ là ngẫu nhiên. Vậy nếu bạn không tồn tại thì cũng chẳng có gì khác biệt, còn nếu có thì cũng thế! Bạn chẳng tạo nên điều gì khác biệt. Chẳng ai cần đến bạn. Bạn chẳng góp phần hoàn thành sứ mệnh gì ở đây. Làm sao bạn cảm thấy hạnh phúc cho được? Tình cờ ư? Chỉ là tình cờ thôi sao? Vậy nếu cái gì cũng đúng thì giết người cũng đúng sao? Chẳng hành động nào là có giá trị, vậy thì tự tử cũng không sao, giết người cũng không sao và mọi thứ đều không sao!

Nhưng đâu phải mọi thứ đều ổn bởi có vài thứ khiến bạn vui, vài thứ khiến bạn đau khổ, vài thứ khiến bạn hưng phấn, vài thứ chỉ gây đau đớn, vài thứ chỉ tạo ra địa ngục và vài thứ đưa bạn lên thiên đàng. Một khi Thượng đế bị cho rằng đã chết, bạn sẽ mất liên hệ với Toàn thể. Con sóng sẽ là gì nếu nó quên mất đại dương? Nó chẳng là gì cả. Nó là cả một con sóng thủy triều lớn khi thuộc

về đại dương.

Bạn hãy nhớ rằng nghệ thuật đích thực phải phát sinh từ tôn giáo thuần thành, hay tâm linh, bởi qua đó con người tìm thấy được sự đồng cảm với thực tế.

"... Tôi tự hỏi thế giới sẽ ra sao nếu không có nghệ thuật và sự tưởng tượng đầy sáng tạo đã làm nên nghệ thuật?".

Nếu chín mươi chín phần trăm cái được gọi là nghệ thuật biến mất, thế giới này sẽ phong phú hơn bởi khi đó sẽ có nghệ thuật đích thực. Ở đây tôi không nói là họ không nên vẽ vời, họ nên vẽ nhưng chỉ vẽ như là một liệu pháp.

Nghệ thuật đích thực là cái có thể giúp bạn chiêm ngưỡng trong trạng thái an định, hoan lạc. Gurdjieff từng gọi nghệ thuật đích thực là nghệ thuật mục tiêu. Ngôi đền Taj Mahal nổi tiếng ở Ấn Độ chính là tác phẩm nghệ thuật đích thực. Vào đêm trăng rằm, chỉ cần ngồi đó ngắm nhìn thôi, lòng bạn sẽ tràn ngập những điều chưa biết, những điều đến từ cõi xa xăm, vượt thoát.

Tôi sẽ kể cho bạn nghe câu chuyện vì sao lại có ngôi đền Taj Mahal này.

Ở Shiraz, Iran có một người thợ điêu khắc rất nổi tiếng. Đó là một nghệ sĩ lớn và cũng là một nhà huyền môn Sufi(****). Có đến ngàn lẻ một chuyện kỳ lạ về ông trước khi ông đến Ấn Độ. Shah Jehan, hoàng đế của Ấn Độ, cũng được nghe kể về ông. Ngày nọ, Ngài cho mời người thợ này vào cung.

(****) *Sufism có nguồn gốc từ tiếng Ba Tư (nay là Irắc). Đây là tên gọi của một giáo phái phổ biến ở các nước Trung Đông, được tạm dịch sang tiếng Việt là "Hồi giáo Mật tông". Mục đích của giáo phái này là sự nhận thức chân lý tuyệt đối thông qua Tình yêu và sự hòa nhập với Thượng đế.*

Hoàng đế Shah Jehan hỏi ông: "Ta nghe nói chỉ cần chạm vào bàn tay một ai đó, mà không cần nhìn mặt, là ngươi đã có thể tạc được cả thân hình của họ. Điều đó có đúng không?".

Shirazi đáp: "Hãy cho hạ thần một cơ hội, nhưng với một điều kiện. Hãy cho hai mươi lăm phụ nữ đẹp trong cung của bệ hạ đứng sau một tấm rèm. Bảo họ chìa bàn tay ra ngoài tấm rèm sẵn cho hạ thần. Hạ thần sẽ chạm vào bàn tay họ và chọn lấy một người. Bất kỳ ai mà hạ thần chọn, hạ thần sẽ tạc tượng người đó. Nếu bức tượng giống y hệt và bệ hạ hài lòng, cả hoàng cung cũng

hài lòng thì người đó sẽ trở thành vợ của hạ thần. Hạ thần sẽ cưới nàng. Hạ thần muốn có một người đàn bà trong cung của ngài".

Shah Jehan đồng ý.

Thế là hai mươi lăm cung nữ tuyệt đẹp được chọn đứng sau tấm rèm. Shirazi đi từ người đầu tiên cho đến người thứ hai mươi lăm và từ chối tất cả họ. Tinh nghịch, con gái của Shah Jehan cũng đứng vào sau tấm rèm. Khi hai mươi lăm cô gái kia đều bị từ chối, cô bèn chìa bàn tay ra khỏi tấm rèm. Người nghệ sĩ chạm vào tay cô, nhắm mắt lại, cảm nhận một điều gì đó rồi nói: "Đây là bàn tay của tôi", và đặt một chiếc nhẫn vào trong bàn tay cô gái với ngụ ý rằng: "Nếu tôi thành công, cô sẽ trở thành vợ tôi".

Vị hoàng đế đi ra sau tấm rèm và sợ hãi: "Con bé đã làm gì thế này?". Nhưng ông cũng không lo lắng vì hầu như không thể nào tạc một bức tượng toàn thân của một người phụ nữ chỉ bằng cách chạm vào bàn tay cô ta.

Suốt ba tháng trời Shirazi mất hút trong gian phòng, ông làm việc cả ngày lẫn đêm. Sau ba tháng, ông cho mời hoàng đế và cả cung điện đến thưởng lãm. Shah Jehan đã không thể tin vào mắt mình. Bức tượng trông hệt như con gái ông! Shirazi đã làm được. Ông không tìm thấy một sai sót nào trên bức tượng dù rất muốn vì không thích gả con gái cho một người nghèo hèn, nhưng không còn cách nào khác. Ông đã hứa thì phải giữ lời.

Hoàng đế bối rối, hoàng hậu Mumtaj Mahal thì phiền muộn đến mức lâm bệnh. Bà đang có mang và trong lúc sinh con bà đã qua đời vì đau đớn.

Vị hoàng đế đau khổ vô cùng, làm sao để cứu con gái đây? Ông bèn cho mời người thợ tạc tượng đến và nói hết mọi chuyện với anh ta. "Tất cả là do lầm lẫn. Lỗi là ở công chúa, nhưng hãy nhìn hoàn cảnh của ta đi, vợ ta đã lìa bỏ thế gian vì không chịu nổi ý nghĩ con gái mình phải lấy một người nghèo khổ. Cả ta cũng không thể đồng ý, dù đã hứa".

Người nghệ sĩ bèn nói: "Chẳng việc gì bệ hạ phải lo lắng đến thế. Lẽ ra bệ hạ nên nói với hạ thần và hạ thần sẽ ra đi. Hạ thần sẽ chẳng đòi hỏi gì đâu. Hạ thần sẽ trở về Shiraz. Hãy quên mọi chuyện này đi!".

Nhưng Shah Jehan vẫn khăng khăng: "Không thể được, ta không thể nào quên được. Ta đã hứa với ngươi thì phải giữ lời. Ngươi hãy đợi đấy, để ta suy nghĩ".

Viên tể tướng bèn đề nghị: "Hoàng hậu vừa mới qua đời và đây là một nghệ sĩ lớn, ông ta đã chứng minh được điều đó. Vậy bệ hạ hãy bảo ông ấy làm một công trình để tưởng niệm hoàng hậu. Bệ hạ nên cho xây một lăng mộ đẹp nhất thế gian này. Và nếu bệ hạ chấp nhận nó, bệ hạ hãy cho phép ông ấy được cưới công chúa. Còn nếu không hài lòng, mọi chuyện sẽ kết thúc".

Lệnh được truyền đến người nghệ sĩ và ông nhận lời ngay.

Vị hoàng đế thầm nghĩ: "Lần này thì mình sẽ không bao giờ chấp thuận nữa".

Dù Shirazi làm rất nhiều mô hình và tất cả chúng đều đẹp nhưng hoàng đế vẫn một mực không thừa nhận: "Không được, chưa được!".

Viên tể tướng vô cùng thất vọng, bởi hiếm có mô hình nào đẹp đến như vậy. Nói không với những tác phẩm đó quả là không công bằng chút nào. Ông ta bèn xầm xì với mọi người xung quanh, cốt là để đến tai người nghệ sĩ kia: "Cô gái mà ông chọn, là công chúa, đang bệnh rất nặng". Người ta đồn rằng nàng bệnh suốt một tuần, sang đến tuần sau thì bệnh càng nặng hơn và đến tuần thứ ba thì nàng trút hơi thở cuối cùng.

Tin đồn đã đến tai người nghệ sĩ điêu khắc. Ông đã dốc hết lòng tạc mô hình cuối cùng. Trái tim người nghệ sĩ tan nát. Ông không thể nào làm thêm một mô hình nào nữa nên đành mang nó đến cho hoàng đế xem và ngài đã chấp nhận nó. Vấn đề nằm ở chỗ cô gái đã chết, thế nên không còn chuyện cưới xin gì nữa.

Tác phẩm đó chính là ngôi đền Taj Mahal, do một nhà huyền môn Sufi làm ra. Làm thế nào ông có thể tạc được tượng một người con gái mà chỉ cần chạm vào tay nàng? Hẳn ông ta đến từ một thế giới khác! Cái khoảnh khắc ông tạc nên bức tượng hẳn phải là khoảnh khắc thiền định sâu. Ông ta đã chạm đến nguồn năng lượng và chính nhờ cảm nhận nguồn năng lượng ấy mà ông đã tạo nên toàn thể hình dáng cô gái.

Ngày nay người ta có thể hiểu điều này một cách lô-gic hơn nhờ vào kỹ thuật chụp ảnh Kirlian, bởi mỗi năng lượng đều có kiểu riêng của nó. Gương mặt bạn không phải ngẫu nhiên mang nét như thế. Đôi mắt, mái tóc và màu da bạn đều do kiểu năng lượng của bạn quyết định.

Suốt nhiều thời đại, các thiền nhân đã đi sâu tìm hiểu về các kiểu năng lượng. Một khi đã biết được kiểu năng lượng, bạn sẽ biết

được toàn thể tính cách con người. Tất cả đều do năng lượng mà ra. Bạn sẽ biết được quá khứ, hiện tại lẫn tương lai. Thấu hiểu được kiểu năng lượng, bạn sẽ tìm thấy chìa khóa, hay cái nhân cốt lõi, chi phối mọi thứ xảy đến với mình.

Đó chính là nghệ thuật mục tiêu.

Vào những đêm trăng rằm, khi ngồi thiền giữa ngôi đền Taj Mahal, trái tim bạn sẽ rộn lên những nhịp yêu thương. Bản thân ngôi đền ấy cũng đã chứa đầy năng lượng tình yêu. Mumtaj Mahal qua đời vì tình yêu dành cho con gái, Shah Jehan đã chịu đựng nỗi đau khổ chỉ vì tình yêu, còn Shirazi thì tạo ra ngôi đền vì tổn thương sâu sắc và vì tương lai của ông đầy đen tối. Người phụ nữ mà ông chọn đã không còn nữa. Ngôi đền đã ra đời từ chính tình yêu và trạng thái thiền định. Và cho đến bây giờ nó vẫn chứa đựng những rung cảm đó. Đây không phải là một đài kỷ niệm bình thường mà là một tác phẩm đặc biệt. Những kim tự tháp ở Ai Cập cũng như thế và còn nhiều, rất nhiều những thứ khác trên thế giới được tạo ra dưới hình thức nghệ thuật mục tiêu, nghĩa là chúng được tạo ra bởi những người biết họ đang làm gì và họ là những thiền nhân thực sự.

Với tôi, sáng tạo là một trạng thái thiền định. Sáng tạo là trạng thái vô trí, cho phép Thượng đế hóa thân vào trong bạn và tình yêu sẽ lan tỏa qua bạn, rồi điều gì đó sẽ diễn ra. Đó chính là ân phước, bằng không đó chỉ là của nôn mửa tởm lợm.

Bạn có thể vẽ hoặc viết như là một cách trị liệu nhưng sau đó hãy đốt bỏ tranh và thơ của mình. Bạn không cần phải triển lãm những gì bạn nôn mửa ra cho mọi người xem. Những ai thích thú với của nôn mửa ấy ắt hẳn bản thân họ cũng bệnh hoạn và cần một phương cách trị liệu.

Tôi ủng hộ hết mình cho nghệ thuật mục tiêu, cho nghệ thuật thiền định, cũng như cho những gì xuất phát từ Thượng đế. Bạn sẽ trở thành một phương tiện trung gian, một công cụ để chuyển tải.

"... Tolstoy sẽ chẳng bao giờ có thể trở thành Phật".

Ai bảo bạn như thế? Tolstoy vẫn có thể trở thành một vị Phật.

"*... nhưng liệu Đức Phật có viết được* Chiến tranh và Hòa bình *không*?".

Bạn có thể vẽ hoặc viết như là một cách trị liệu nhưng sau đó hãy đốt

bỏ tranh và thơ của mình. Bạn không cần phải triển lãm những gì bạn nôn mửa ra cho mọi người xem.

Thế thì Ngài đã làm gì đấy? Và tôi đang làm gì ở đây? Bạn đã đọc kinh Gita chưa? Đó là *Chiến tranh và Hòa bình* đấy! Tolstoy có thể viết *Chiến tranh và Hòa bình*, *Anna Karenina* cũng như nhiều tuyệt phẩm khác không phải vì ông ấy là Tolstoy mà là vì ông không xem mình là Tolstoy. Dostoyevsky đã viết *The Idiot, Crime and Punishment (Thằng Ngốc, Tội ác và Trừng phạt)* cùng một trong những tác phẩm hay nhất là *The Brothers Karamazov (Anh em nhà Karamazov)* không phải vì ông ấy là Dostoyevsky mà vì ông cũng không xem mình là Dostoyevsky. Trong ông ấy có một phần giống với Đức Phật, có điều gì đó rất thần thánh, rất tâm linh. Dostoyevsky là một con người tâm linh, và một phần trong ông, chứ không phải là tất cả, thấm đẫm tính tâm linh. Chính vì thế mà *Anh em nhà Karamazov* đẹp vô cùng. Đây không phải là tác phẩm của một con người bình thường, mà nó đến từ Cội nguồn Thiêng liêng. Thượng đế đã chế ngự trong Dostoyevsky và ông chỉ là phương tiện của Người. Dĩ nhiên ông không phải là một phương tiện hoàn hảo, chính vì vậy mà vẫn có nhiều thứ diễn ra trong tâm trí ông. Tuy vậy, *Anh em nhà Karamazov* vẫn tuyệt đẹp.

2
CHỨNG TRẦM CẢM HẬU SẢN

Khi tôi viết một quyển sách, trong tôi đầy năng lượng và niềm vui. Nhưng khi đã viết xong, tôi cảm thấy trống rỗng và như đã chết rồi. Bây giờ tôi chỉ mới bắt đầu viết. Mặc dù tôi vẫn tìm thấy niềm vui trong công việc nhưng trong lúc thiền, tôi vẫn cảm thấy sợ sự trống rỗng ấy.

Băn khoăn trên là của một tiểu thuyết gia mà tôi đã từng đọc các tác phẩm của cô ấy, và chúng rất hay. Cô ấy có sở trường viết lách, từ cách kể chuyện hay ho cho đến việc dệt nên câu chuyện. Cảm giác này không chỉ đến với cô mà còn có ở tất cả những ai làm công việc sáng tạo. Tuy vậy, cách hiểu trên là sai.

Khi người phụ nữ mang thai, họ cảm thấy vô cùng viên mãn, đầy đủ. Nhưng khi đứa trẻ được sinh ra, bỗng dưng họ thấy trống rỗng. Họ nhớ đến cái mầm sống mới từng chòi đạp trong bụng mình. Đứa bé nay đã ra đời và họ cảm thấy trống rỗng đến vài ngày. Tuy vẫn yêu con nhưng họ không thể nào quên được cảm giác trống rỗng sau quá trình mang nặng. Đối với một nghệ sĩ, thậm chí tình hình còn tệ hơn. Khi một bức tranh, một bài thơ hay quyển tiểu thuyết được hoàn thành, họ cảm thấy mất mát ghê gớm. Bạn có thể làm gì với quyển sách bây giờ? Do vậy mà người nghệ sĩ rơi vào tình cảnh còn khó khăn hơn cả một người mẹ. Sau khi quyển sách được viết xong, nó không còn cần đến tình yêu và sự giúp đỡ của bạn nữa. Nó sẽ không còn phát triển hay lớn lên mà tự thân nó đã hoàn hảo, đã trưởng thành. Người nghệ sĩ cảm thấy trống rỗng. Nhưng bạn cần nhìn vào sự trống rỗng đó. Đừng bảo rằng mình kiệt sức hay mệt lử. Đừng bảo rằng bạn trống rỗng, bởi trong sự trống rỗng đã chứa đựng sự tròn đầy rồi. Mọi sự đều là do bạn đã nhìn sai hướng.

Bạn bước vào một gian phòng với nhiều đồ đạc, tranh ảnh và vật

dụng. Thế rồi những thứ đồ đạc, tranh ảnh đó được chuyển đi, bạn lại bước vào gian phòng ấy và bạn sẽ nói gì? Bạn sẽ bảo đó là một gian phòng trống rỗng hay đầy ắp? Trong tiếng Anh, từ *room* vừa có nghĩa là *trống rỗng*, vừa có nghĩa là *không gian*. Như vậy, khi đồ đạc được dọn đi, gian phòng lại *đầy ắp.* Còn khi có những đồ đạc ấy, gian phòng không hề *đầy* vì bị quá nhiều đồ đạc choán chỗ.

Bạn có thể nhìn sự việc theo hai hướng. Nếu thiên về đồ đạc trong phòng thì bạn chỉ nhìn thấy bàn ghế, sofa mà không thấy được những chỗ đã bị che lấp, khi đó gian phòng thật ra lại là trống rỗng. Nhưng nếu bạn hiểu và thích sự trống trải, bạn sẽ cảm thấy hết sức thoải mái.

Một lần nọ tôi đến ở trong nhà của một người rất giàu có. Ông ta rất giàu nhưng lại không có gu thẩm mỹ. Nhà ông đầy ứ đồ đạc đến mức không còn là nhà nữa. Bạn không thể nào đi lại và rất sợ phải di chuyển vì khắp nhà toàn là đồ cổ. Bản thân ông ta, cũng như những người giúp việc trong nhà, lúc nào cũng nơm nớp lo sợ. Ông ta tiếp đãi tôi hết sức trọng thị, cho tôi ở trong gian phòng đẹp nhất nhà nhưng tôi bảo ông rằng: "Cái này không phải là nhà mà là viện bảo tàng. Ông làm ơn cho tôi ở chỗ nào mà tôi có thể đi lại được, có như vậy mới gọi là phòng ở. Còn cái này không phải là phòng. Căn phòng gần như đã biến mất rồi!".

Room còn có nghĩa là *cảm giác thoải mái*, *tự do* mà không gian đó mang lại cho bạn. Khi bạn làm việc hay sáng tạo, tâm trí bạn chứa đựng rất nhiều thứ. Tâm trí bạn hoàn toàn bận rộn. Khi bạn viết sách hay làm thơ, tâm trí bạn cũng bận rộn. Có quá nhiều "nội thất" trong đó, như suy nghĩ, cảm xúc, nhân vật. Rồi quyển sách hoàn tất. Đột nhiên những thứ "nội thất" ấy ra đi. Và bạn cảm thấy trống rỗng. Nhưng cũng không nên lấy thế làm buồn, bởi nếu biết nhìn đúng đắn, bạn sẽ thấy đó là cái mà Đức Phật gọi là *samyak drasthi,* nghĩa là *chánh kiến* – nếu nhìn đúng, bạn sẽ được giải thoát khỏi mọi sự ám ảnh. Bạn sẽ lại cảm thấy nhẹ nhàng, rõ ràng. Những nhân vật trong cuốn tiểu thuyết ấy sẽ không còn lởn vởn trong đầu bạn nữa. Những vị khách đó đã đi và chủ nhà lại cảm thấy thật dễ chịu. Hãy tận hưởng cảm giác này! Chính việc hiểu sai đã khiến bạn buồn bã, lo lắng. Hãy tận hưởng nó! Bạn có bao giờ để ý thấy rằng khi một người khách đến chơi, bạn cảm thấy vui nhưng khi họ ra về, bạn thậm chí còn vui hơn nữa? Đó là vì họ để bạn được ở một mình, được làm chủ chính không gian của mình.

Viết một cuốn tiểu thuyết có thể khiến bạn căng thẳng vì có quá

nhiều nhân vật làm khách và mỗi người khách lại có tính cách riêng. Không phải lúc nào họ cũng lắng nghe tác giả. Thỉnh thoảng họ buộc tác giả phải đi theo cách của riêng họ. Tác giả là người khởi đầu tác phẩm nhưng không bao giờ kết thúc nó. Những nhân vật trong câu chuyện sẽ tự tạo ra kết thúc riêng.

Cũng giống như khi bạn sinh con vậy. Bạn sinh ra nó, nhưng sau đó đứa trẻ sẽ phát triển theo cách riêng của nó. Có thể người mẹ nghĩ rằng con mình sẽ trở thành bác sĩ nhưng trong thực tế nó lại trở thành một kẻ lêu lổng, thế thì bạn làm được gì? Bạn đã cố gắng hết sức nhưng nó vẫn trở thành tên ma cà bông.

Khi bạn viết tiểu thuyết, bạn bắt đầu từ một nhân vật, bạn muốn làm cho nhân vật đó trở thành một vị thánh, ấy vậy mà anh ta lại trở thành một kẻ tội đồ. Và bạn biết không, điều đó cũng xảy ra y hệt với một đứa trẻ. Người mẹ lo lắng, nhà văn lo lắng! Tác giả muốn nhân vật của mình trở thành thánh nhân, nhưng cuối cùng anh ta lại trở thành kẻ tội đồ và ông ta không thể làm gì được. Tác giả cảm thấy bất lực và gần như bị nhân vật của mình chi phối. Những nhân vật đó chỉ là hư cấu, nhưng một khi bạn đã hợp tác với chúng, chúng sẽ trở nên gần giống như thật. Và trừ khi bạn vứt bỏ chúng, bằng không thì bạn sẽ không bao giờ được thanh thản. Nếu có một quyển sổ trong tâm trí, bạn phải viết ra để vứt bỏ chúng đi. Nó là gánh nặng với bạn và bạn cần loại bỏ nó.

Chính vì lý do này mà những người sáng tạo thường dễ bị điên. Người bình thường không bao giờ phát điên vì chẳng có gì để phát điên, cũng như không có gì điên rồ diễn ra trong cuộc sống của họ. Một *Van Gogh* sẽ phát điên, một *Nijinsky* sẽ phát điên, một *Nietzsche* sẽ phát điên. Tại sao lại như thế? Vì có quá nhiều thứ diễn ra trong tâm trí họ. Họ không có lấy một khoảng không gian riêng tư bên trong. Quá nhiều người đến rồi đi trong tâm trí họ. Cứ như thể họ đang ngồi trên con phố nhộn nhịp xe cộ qua lại. Đó là cái giá mà người nghệ sĩ phải trả.

Khi bạn viết xong một quyển sách, hãy tận hưởng ngay niềm hạnh phúc ấy bởi chẳng sớm thì muộn một quyển sách khác sẽ trỗi dậy. Cũng giống như cây cỏ cho hoa cho lá, nhà thơ sẽ làm ra thơ ca, văn sĩ cho ra đời những quyển tiểu thuyết, họa sĩ sẽ làm ra những bức tranh và nhạc sĩ sẽ sáng tác ra những bài hát. Mọi thứ cứ tự nhiên là thế, bạn không thể làm gì được.

Vì vậy thi thoảng vào mùa thu, khi những chiếc lá rụng và cây cối đứng trơ trụi một mình giữa trời, hãy tận hưởng khoảnh khắc ấy. Bạn đừng cho đó là trống rỗng mà hãy xem đây là một kiểu toàn

vẹn, đủ đầy – đầy theo cảm nhận của mình. Lúc đó chẳng ai quấy rầy bạn cả, bạn được tự do nghỉ ngơi. Khoảnh khắc nghỉ ngơi này cần thiết cho mọi nghệ sĩ, nó vốn là một tiến trình tự nhiên. Người phụ nữ sẽ già đi ở tuổi ba mươi nếu liên tục sinh con mà không giãn cách giữa những lần sinh nở để nghỉ ngơi lấy lại sức và ở yên một mình. Họ kiệt sức, mệt mỏi. Nét trẻ trung, tươi tắn và nhan sắc của họ sẽ sớm tàn phai.

Khi bạn viết một cuốn tiểu thuyết, nếu đó là một tác phẩm nghệ thuật vĩ đại, bạn sẽ cảm thấy trống rỗng. Còn nếu như nó chỉ là một bài báo bình thường giúp bạn kiếm tiền theo hợp đồng với tòa soạn, bạn sẽ không cảm thấy trống rỗng mấy. Càng sáng tạo, sau đó bạn càng cảm thấy trống rỗng. Cơn bão càng lớn, đất trời càng yên ắng sau trận càn quét của nó. Hãy tận hưởng điều đó. Bão đến là một điều tốt, cũng như sự yên lặng theo sau nó cũng tốt. Ban ngày thật vui, đa dạng các hoạt động; ban đêm cũng thật đẹp vì tràn đầy sự tĩnh lặng. Bạn đi ngủ, và khi bình minh trở lại với thế giới, bạn được nạp đầy năng lượng để làm việc, hành động.

Càng sáng tạo, sau đó bạn càng cảm thấy trống rỗng. Cơn bão càng lớn, đất trời càng yên ắng sau trận càn quét của nó. Hãy tận hưởng điều đó. Bão đến là một điều tốt, cũng như sự yên lặng theo sau nó cũng tốt.

Đừng sợ đêm tối. Có rất nhiều người sợ bóng đêm. Một nhà tu hành khất thực nọ, được tôi đặt cho cái tên là *Nisha,* nghĩa là *ban đêm,* đến gặp tôi và bảo rằng: "Ông làm ơn đổi cái tên ấy đi". Sao lại thế? Bà ấy phân trần: "Tôi sợ ban đêm. Tại sao ông lại cho tôi cái tên đó trong khi có biết bao cái tên khác? Ông hãy đổi nó đi". Nhưng tôi không làm vậy. Tôi đã giải thích cho bà ta hiểu rằng tôi chọn cái tên đó vì biết bà sợ *bóng đêm* (*nisha*), sợ *sự thụ động* (*nishchesht*), sợ *cảm giác thảnh thơi* (*nishchinat*) – những cái sợ này đều dính dáng đến *nisha*, nghĩa là *đêm.*

Con người cần phải chấp nhận tất cả. Chỉ khi đó chúng ta mới có thể trở nên toàn vẹn.

Mong bạn đừng hiểu sai lệch vấn đề. Sự trống rỗng bản thân nó rất đẹp, thậm chí là đẹp hơn cả sự sáng tạo, bởi sáng tạo được sinh ra từ sự trống rỗng, những bông hoa khởi nguồn từ sự trống rỗng mà ra. Hãy tận hưởng sự trống rỗng đó, hãy cảm nhận ơn phước mà bạn đã nhận được. Hãy chấp nhận nó, đón nhận nó như một phúc lành và bạn sẽ nhanh chóng thấy mình lại tràn đầy và một quyển sách hay hơn sẽ ra đời. Chẳng có gì để lo cả. Mọi sự chỉ là do bạn hiểu sai về một hiện tượng đẹp mà thôi.

Thế nhưng con người lại sống phụ thuộc vào từ ngữ. Bạn gọi điều gì đó bằng cái tên xấu xa, rồi bạn đâm ra lo lắng khi nghe đến cái tên ấy. Vì vậy hãy hết sức chính xác. Lúc nào bạn cũng phải nhớ rằng, những gì mình nói ra đều có một ý nghĩa sâu xa kèm theo chứ không phải nói chỉ để nói. Bạn gọi cái gì đó là *trống rỗng*, rồi bạn e dè nó, nhưng đây chỉ là cái tên bạn đã đặt cho nó thôi mà.

Ở Ấn Độ, có một từ hay hơn dùng để diễn tả sự trống rỗng là *shunya.* Từ này mang ý nghĩa rất tích cực. Đó là một từ đẹp để nói về không gian mênh mông, không giới hạn. *Shunya* chính là mục đích tối thượng. Đức Phật nói rằng khi bạn trở nên *shunya,* khi bạn hoàn toàn *không là gì cả*, thì lúc đó bạn *đạt được tất cả.*

Thi sĩ, nghệ sĩ, họa sĩ đều là những người đang trên bước đường trở thành nhà huyền môn. Mọi hoạt động nghệ thuật đều đang trên đường tiến đến tâm linh. Khi bạn hoạt động, khi bạn làm thơ, bạn đang dùng tâm trí. Khi bài thơ đã ra đời, bạn mệt lử, còn tâm trí thì được nghỉ ngơi. Hãy tận dụng những khoảnh khắc đó để trở lại với chính mình. Đừng gọi đó là sự trống rỗng mà hãy gọi đó là sự toàn vẹn, sự hiện hữu, chân lý, hay Thượng đế. Khi ấy, bạn sẽ cảm nhận được ân phúc vô bờ.

3
SÁNG TẠO VÀ SỰ LAI TẠO

Tôi luôn cảm thấy bị thôi thúc phải bộc lộ "chất" nghệ thuật bên trong mình nên đã tham gia một khóa huấn luyện về âm nhạc cổ điển phương Tây. Nhưng tôi lại nhận thấy việc rèn luyện này cầm tù sự sáng tạo ngẫu hứng của tôi và gần đây tôi cũng thấy khó khăn khi tập luyện. Tôi không rõ nghệ thuật đích thực có những đặc trưng gì và bằng cách nào người nghệ sĩ có thể tạo ra nghệ thuật đích thực. Làm thế nào tôi có thể cảm nhận được con người nghệ sĩ bên trong mình?

Nghịch lý của nghệ thuật là ở chỗ ban đầu bạn phải học lấy các nguyên tắc của nó để rồi sau đó phải quên sạch chúng đi. Nếu bạn không hiểu được những kiến thức căn bản, bạn sẽ không thể nào đi sâu vào chúng. Nhưng nếu bạn chỉ nắm vững các kỹ thuật và thực hành chúng suốt đời, bạn sẽ trở thành một thợ diễn thuần thục về mặt kỹ thuật chứ không bao giờ là một nghệ sĩ thực thụ được.

Thi sĩ, nghệ sĩ, họa sĩ đều là những người đang trên bước đường trở thành nhà huyền môn. Mọi hoạt động nghệ thuật đều đang trên đường tiến đến tâm linh.

Trong Thiền tông Phật giáo, người ta bảo rằng để có thể vẽ sao cho đạt đến cảnh giới "dĩ tâm truyền tâm", bạn phải mất mười hai năm học vẽ và thêm mười hai năm nữa để quên mọi thứ liên quan đến hội họa. Đúng vậy, bạn phải quên sạch tất cả, chúng chẳng còn liên hệ gì đến bạn. Mười hai năm đó bạn có thể thiền, chẻ củi, gánh nước hoặc làm bất cứ việc gì, trừ vẽ.

Rồi đến một ngày bạn sẽ vẽ được. Hai mươi bốn năm rèn luyện ấy bao gồm mười hai năm học lấy kỹ thuật vẽ và mười hai năm học cách quên đi hội họa. Bấy giờ, kỹ thuật vẽ đã trở thành một phần trong bạn chứ không còn là kiến thức nữa, nó đã là xương là máu của bạn. Bạn có thể sáng tác ngẫu hứng. Nó không còn cản trở hay

giam hãm bạn nữa.

Đó chính xác là những gì tôi đã trải nghiệm.

Bây giờ bạn đừng rèn luyện nữa. Hãy quên tất cả về nhạc cổ điển đi. Hãy làm những việc khác như làm vườn, điêu khắc hay vẽ và đừng nhớ gì đến âm nhạc cổ điển, cứ như thể nó không tồn tại trên đời. Hãy chờ vài năm để nó ngấm sâu vào trong bạn. Rồi đến một ngày, bạn cảm thấy bị thôi thúc dữ dội phải chơi nhạc trở lại. Và khi đó, đừng quá bận tâm về kỹ thuật vì nếu không bạn sẽ không bao giờ ngẫu hứng sáng tạo được.

Hãy đột phá một chút – đó mới là sáng tạo. Hãy nghĩ ra những phương thức mới. Hãy thử điều gì đó mới mẻ chưa ai từng làm. Sáng tạo vĩ đại thường nảy sinh ở những người được rèn luyện các chuyên môn khác hẳn.

Hãy đột phá một chút – đó mới là sáng tạo. Hãy nghĩ ra những phương thức mới. Hãy thử điều gì đó mới mẻ chưa ai từng làm. Sáng tạo vĩ đại thường nảy sinh ở những người được rèn luyện các chuyên môn khác hẳn.

Ví dụ, nếu một nhà toán học chơi nhạc, anh ta sẽ mang đến thế giới âm nhạc một điều gì đó khác lạ. Hoặc nếu một nhạc sĩ trở thành nhà toán học, anh cũng sẽ mang đến thế giới toán học một điều gì đó mới mẻ. Điều này cũng giống như sự lai tạo vậy, những đứa con lai thường khỏe mạnh và xinh đẹp hơn.

Khi một người chuyển từ bộ môn này sang bộ môn khác, họ sẽ mang theo "hương vị" chuyên môn của mình. Bạn sẽ làm gì với "chất" âm nhạc của mình khi đến với vật lý? Bạn sẽ phải quên mọi thứ về âm nhạc, song nó vẫn tồn tại vì nó đã trở thành một phần trong bạn và sẽ ảnh hưởng đến mọi việc bạn làm. Vật lý tuy lạ lẫm đối với bạn nhưng một khi đã từng học về âm nhạc, chẳng sớm thì muộn bạn sẽ tìm ra những lý thuyết, giả thuyết nào đó mang hương sắc của âm nhạc. Bạn bắt đầu cảm thấy cả thế giới này là một bản phối hài hòa chứ không phải là mớ hỗn loạn. Có thể bạn sẽ cảm thụ được và hiểu sâu hơn về lĩnh vực vật lý, rồi nhận thấy rằng hiện thực này tồn tại giống như một dàn nhạc. Và bạn không thể khám phá được điều đó nếu không rành âm nhạc.

Tôi đề nghị mọi người nên chuyển từ bộ môn này sang bộ môn khác. Khi bạn đã quen thuộc với một bộ môn, khi bạn cảm thấy mình bị cầm tù bởi một kỹ thuật nào đó, hãy chuyển sang bộ môn khác. Đó là một ý tưởng hay, bởi bạn sẽ cảm thấy mình càng lúc

càng trở nên sáng tạo hơn.

Hãy nhớ rằng, nếu thật sự sáng tạo, có thể bạn sẽ không nổi tiếng. Phải mất rất nhiều thời gian để một người sáng tạo thực sự được mọi người biết đến, bởi anh ta phải tạo ra những giá trị mới, tiêu chuẩn mới và chỉ khi đó mọi người mới có thể đánh giá anh ta được. Anh ta phải đợi ít nhất là năm mươi năm, nhưng đến lúc đó thì anh ta đã qua đời rồi. Nếu bạn muốn danh tiếng, hãy quên việc sáng tạo đi. Bạn cứ việc thực hành rồi thực hành, cứ thế mà làm những điều bạn đã làm sao cho thuần thục hơn, hoàn hảo hơn rồi bạn sẽ trở nên nổi tiếng bởi mọi người có thể hiểu những gì bạn làm và cái bạn làm đã được chấp nhận từ trước.

Trong khi đó, bất cứ khi nào bạn mang đến cho thế giới một điều gì mới mẻ, rất có thể bạn sẽ bị từ chối. Thế giới sẽ không bao giờ tha thứ cho ai mang đến điều mới mẻ. Người sáng tạo có thể sẽ bị thế giới trừng phạt! Thế giới đánh giá cao những con người thiếu sáng tạo nhưng lành nghề bởi sự hoàn hảo về mặt kỹ thuật nói lên sự hoàn hảo của quá khứ.

Chúng ta ai cũng hiểu biết về quá khứ, ai cũng được dạy dỗ để hiểu biết về quá khứ. Do vậy, khi mang điều mới đến với thế giới, không ai có thể đánh giá cao nó, bởi nó mới mẻ đến nỗi không tiêu chuẩn nào đánh giá nó được và chẳng phương tiện nào có thể giúp người ta hiểu được. Phải mất ít nhất năm mươi năm hay hơn thế – khi người nghệ sĩ đã qua đời – thì mọi người mới bắt đầu nhận thấy giá trị của nó.

Lúc sinh thời, Vincent Van Gogh không hề được đánh giá cao. Thậm chí ông không bán được một bức tranh nào. Ấy vậy mà ngày nay mỗi bức tranh của ông được bán với giá hàng triệu đô-la. Cũng vẫn là những bức tranh ấy nhưng thời đó khi ông mang biếu mọi người thì chẳng ai thèm nhận! Chẳng ai muốn treo chúng trong phòng vì sợ bị người khác hỏi: “Bộ anh điên rồi sao? Tranh kiểu gì thế này?”.

Vincent Van Gogh đã sống trong thế giới của chính mình. Ông đã mang đến một cái nhìn mới mẻ. Và phải mất nhiều thập kỷ, dần dà nhân loại mới bắt đầu cảm nhận được điều gì đó trong những tác phẩm của ông. Nhân loại vốn chậm chạp và mê muội, trong khi đó người nghệ sĩ lúc nào cũng đi trước thời đại, chính vì thế mà giữa họ luôn có khoảng cách.

Vì vậy, nếu bạn thật sự muốn là một người sáng tạo, bạn phải chấp nhận rằng bạn sẽ không thể nào nổi tiếng, bạn phải sống với

phương châm "nghệ thuật vị nghệ thuật" chứ không vì động cơ nào khác. Khi đó, hãy tận hưởng bất cứ việc gì bạn đang làm. Nếu tìm được ai đó để thưởng thức cùng thì tốt, còn bằng không thì cứ hãy thưởng thức một mình. Chỉ cần bạn thấy chúng hay, đẹp là đủ rồi. Chỉ cần bạn thấy thỏa mãn thế là đủ rồi.

"... Tôi không rõ nghệ thuật đích thực có những đặc trưng gì...".

Nghệ thuật là đích thực nếu nó giúp bạn trở nên tĩnh tại, vui sướng; nếu nó cho bạn cảm giác hân hoan, hội hè; nếu nó khiến bạn nhảy múa cho dù có ai khác cùng tham gia với bạn hay không; nếu nó trở thành cầu nối giữa bạn với Thượng đế; nếu nó trở thành một hình thức thiền định; nếu bạn hoàn toàn mất hút vào đó đến nỗi cái tôi cũng bị xóa nhòa.

Chúng ta ai cũng hiểu biết về quá khứ, ai cũng được dạy dỗ để hiểu biết về quá khứ. Do vậy, khi mang điều mới đến với thế giới, không ai có thể đánh giá cao nó, bởi nó mới mẻ đến nỗi không tiêu chuẩn nào đánh giá nó được và chẳng phương tiện nào có thể giúp người ta hiểu được.

Bạn không cần phải lo nghĩ về nó. Nếu bạn thấy vui, cảm thấy mình như mất hút, cảm thấy trong lòng tràn ngập niềm vui và sự an bình khi tham gia vào lĩnh vực nghệ thuật nào đó thì đây chính là nghệ thuật đích thực. Đừng bận tâm đến lời nhận xét của các nhà phê bình. Họ chẳng biết gì về nghệ thuật cả. Trong thực tế, những người không thể trở thành nghệ sĩ mới trở thành nhà phê bình nghệ thuật. Nếu bạn không thể tham gia cuộc đua, nếu bạn không thể trở thành vận động viên Olympic thì ít ra bạn cũng có thể đứng bên vệ đường và ném đá về phía các vận động viên đang chạy bởi đó là cái mà bạn có thể làm dễ dàng.

Đó là những gì các nhà phê bình đang làm. Họ không dự cuộc, và cũng chẳng tạo ra cái gì mới.

Hãy tận hưởng bất cứ việc gì bạn đang làm. Nếu tìm được ai đó để thưởng thức cùng thì tốt, còn bằng không thì cứ hãy thưởng thức một mình. Chỉ cần bạn thấy chúng hay, đẹp là đủ rồi. Chỉ cần bạn thấy thỏa mãn thế là đủ rồi.

Tôi có nghe một câu chuyện về một nhà huyền môn Sufi rất thích hội họa và tất cả các nhà phê bình thời đó đều chống lại ông. Họ cứ đến và chỉ trỏ: "Cái này sai rồi, cái kia sai rồi!".

Ông rất mệt mỏi với đám người này. Một hôm ông bèn treo tất cả những bức tranh của mình ngoài trước nhà, sau đó mời tất cả các

nhà phê bình đến và cũng bảo họ mang theo cọ, màu để họ có thể tùy ý chỉnh sửa những bức tranh của ông. Họ đã chê bai đủ rồi, giờ là lúc để họ sửa sai giúp ông.

Kết quả là chẳng có lấy một nhà phê bình nào xuất hiện. Bởi chê trách thì dễ nhưng chỉnh sửa thì không dễ chút nào. Sau đó, họ bèn thôi bình phẩm về các bức tranh của ông. Ông đã làm một điều hết sức đúng đắn!

Những người không biết sáng tạo thì trở thành nhà phê bình, vì thế bạn đừng lo lắng về họ. Điều quan trọng là niềm vui và cảm giác ấm áp trong lòng bạn. Nếu việc sáng tác nhạc mang đến cho bạn cảm giác ấm áp, khơi dậy niềm vui và làm tan biến cái tôi thì âm nhạc chính là cầu nối giữa bạn và Thượng đế. Nghệ thuật có thể trở thành một hình thức cầu nguyện sâu lắng nhất, một hình thức thiền định hiệu quả nhất. Nếu bạn có thể tham gia bất kỳ bộ môn nghệ thuật nào – âm nhạc, hội họa, điêu khắc, khiêu vũ... – và nó có thể chạm đến nội tâm bạn thì đó là cách cầu nguyện, cách thiền định tốt nhất. Khi đó bạn không cần đến phương pháp thiền nào khác nữa, mà đây chính là kiểu thiền của riêng bạn, nó sẽ từng bước dẫn bạn đến với Thượng đế. Do vậy, tiêu chuẩn của tôi là: *nếu bộ môn nghệ thuật nào dẫn bạn đến với Thượng đế thì đó chính là nghệ thuật đích thực.*

4

NGHỆ THUẬT KÍNH TRỌNG ĐỒNG TIỀN

Thầy có thể nói về chuyện tiền bạc được không? Những cảm xúc nào xoay quanh đồng tiền? Tại sao tiền lại có thể khiến bao người phải đánh đổi cả mạng sống của mình vì nó?

Đây là một câu hỏi rất có ý nghĩa.

Mọi tôn giáo đều chống lại sự giàu có bởi với tiền bạc, bạn có thể mua được hầu hết mọi thứ, trừ những giá trị tinh thần như tình yêu, sự cảm thông, niềm vui và tự do. Đó là những ngoại lệ ít ỏi, nhưng ngoại lệ bao giờ cũng nói lên một quy luật nào đó. Chúng ta cần tiền vì chúng ta muốn được sống thoải mái, muốn có thức ăn ngon, có quần áo đẹp và nhà cửa khang trang. Chúng ta cũng cần thưởng thức văn chương và nghệ thuật. Cuộc sống thật là vô cùng!

Một người không hiểu được âm nhạc cổ điển thì thật là đáng thương. Anh ta coi như đã điếc. Anh ta có thể nghe – và mọi giác quan của anh ta đều bình thường – nhưng về mặt tinh thần thì… Bạn có thấy được cái đẹp của văn chương, chẳng hạn như tác phẩm *The Book of Mirdad*(*****)? Nếu không thấy được, có nghĩa là bạn đã mù.

(*****) *The Book of Mirdad là một quyển sách đầy chất ngụ ngôn của tác giả người Li-băng Mikhail Naimy. Nội dung sách là cuộc đối thoại giữa Mirdad và các đệ tử của mình, là những lời đầy tính triết lý nói về sự đoàn kết trong tình yêu thương giữa các nhóm người, cũng như lên án chủ nghĩa vật chất và những nghi thức tôn giáo đầy sáo rỗng.*

Tôi đã gặp những người chưa bao giờ biết đến *The Book of Mirdad.* Nếu phải ghi một danh sách các quyển sách hay nhất, đây sẽ là

quyển đầu tiên tôi nghĩ đến. Nhưng để thấy được vẻ đẹp của nó, bạn cần phải có vốn kiến thức cực kỳ sâu và rộng.

Bạn chỉ có thể hiểu được âm nhạc cổ điển khi bạn tìm hiểu về nó và đó là cả một quá trình học hỏi lâu dài. Để tìm hiểu nó, bạn cần phải thoát khỏi cái đói, thoát khỏi cái nghèo và không bị bất kỳ định kiến nào ràng buộc.

Có tôn giáo đã cấm âm nhạc hiện diện trong cuộc sống và tất nhiên quy định này được đưa ra âu cũng có lý do của nó. Khi một trong những vị hoàng đế Moghul hùng mạnh nhất lên ngôi, ông ra lệnh rằng nếu nghe thấy bất kỳ tiếng nhạc nào ở Delhi thì người nhạc công sẽ bị chém đầu ngay lập tức. Trong khi đó Delhi vốn là trung tâm, là thủ đô ngàn năm văn hiến, do vậy cũng là nơi sinh sống của hàng ngàn thiên tài.

Khi lệnh được ban bố, các nhạc công bèn tụ tập lại bàn cách: "Phải làm gì mới được, thật là quá đáng! Trước nay họ vẫn bảo âm nhạc là chống lại đạo của họ, điều đó cũng không sao. Nhưng con người này thật là nguy hiểm, ông ta bắt đầu giết người đây!". Thế là hàng ngàn nhạc công cùng kéo đến cung điện của hoàng đế để biểu tình.

Hoàng đế đứng trên ban công hỏi mọi người: "Ai chết đấy ?", vì họ có khiêng theo một xác chết, nhưng thật ra trong đó chỉ toàn gối đệm.

Đám người đáp: "Âm nhạc. Và ông là người đã giết nó!".

Hoàng đế dửng dưng bảo: "Nó chết thế là tốt. Còn bây giờ, các người hãy tỏ ra tử tế với ta, hãy đào một cái huyệt càng sâu càng tốt để nó không bao giờ ngoi lên khỏi mồ được nữa". Nước mắt của hàng ngàn nhạc công không hề lay động được hoàng đế, ông ta đang làm một điều gì đó "thiêng liêng".

Tại sao tôn giáo này lại chối bỏ âm nhạc? Bởi ở phương Đông, âm nhạc thường do những phụ nữ xinh đẹp chơi. Từ *prostitute* mang nghĩa khác nhau ở phương Đông và phương Tây. Ở phương Tây, *prostitute* có nghĩa là *bán thân,* là *gái điếm*. Còn trong quá khứ, ở phương Đông, *prostitute* không có nghĩa là bán thân mà là *bán cái tài nghệ, vũ điệu, âm nhạc* và *nghệ thuật*.

Bạn sẽ ngạc nhiên khi biết rằng mọi vì vua Ấn Độ đều gửi con trai của mình, người sẽ kế vị ngai vàng, đến sống cùng những cô gái nổi tiếng nhất nghề này trong vài năm. Họ sẽ được dạy cho phép xã giao, cách cư xử hòa nhã, âm nhạc và những điệu vũ tinh tế bởi

một vì vua cần phải am hiểu mọi thứ. Ông ta cần hiểu về cái đẹp, cũng như tính lô-gic và cung cách ứng xử. Đó là truyền thống cũ của Ấn Độ.

Song, các vì vua Moghul đã phá vỡ truyền thống đó. Tại sao? Bởi vì để học nhạc, bạn phải đến nhà những kỹ nữ ấy, đắm chìm trong không gian rộn rã tiếng cười, lời ca tiếng hát và lả lướt theo những vũ điệu. Thế là họ cấm đoán tất: không một người nào được phép vào nơi có âm nhạc và nghe nhạc là một tội lỗi.

Các tôn giáo làm như thế vì nhiều lý do. Bạn có thể thấy được cái lô-gic như thế này: nếu không có tiền, bạn sẽ không có bất kỳ cái gì khác. Thay vì cắt cành, họ đã cắt luôn bộ rễ của cái cây. Người không tiền sẽ đói khát, trở thành kẻ ăn xin và không có cái để mặc. Thế nên anh ta không có thời gian để tìm hiểu về Dostoyevsky, Nijinsky hay Albert Einstein!

Nhiều tôn giáo đã làm cho con người trở nên nghèo mạt. Họ kết tội tiền bạc và ca ngợi cái nghèo. Thế giới bị phân chia thành hai nhóm: chín mươi tám phần trăm dân số sống trong cảnh nghèo đói, nhưng với niềm an ủi lớn rằng ở nơi người giàu không vào được thì họ sẽ được các thiên thần gảy đàn hạc đón chào: "Alleluia… Chào mừng đến với thiên đường!"; và hai phần trăm dân số còn lại phải sống trong cảm giác tội lỗi ghê gớm vì sự dư dật của mình.

Họ không thể nào tận hưởng sự giàu có vì cảm giác tội lỗi, và tận sâu trong lòng họ luôn lo rằng có thể họ sẽ không được lên thiên đường mà sẽ phải xuống địa ngục. Giàu có tạo ra mặc cảm tội lỗi, họ không được an ủi vì họ có than khóc bao giờ đâu và họ sẽ không được phép vào thiên đường vì có quá nhiều thứ dưới trần thế. Họ sẽ bị ném xuống địa ngục.

Chính vì điều đó mà người giàu luôn sống trong sợ hãi. Ngay cả nếu như họ có tận hưởng hoặc cố tận hưởng mọi thứ đi nữa thì cảm giác tội lỗi ấy vẫn đầu độc họ. Họ ngủ với một người đàn bà đẹp nhưng lại luôn nghĩ đến việc không thể bước vào cổng thiên đường. Với suy nghĩ như thế, liệu họ còn có thể làm tình được nữa không? Có thể họ đang ăn những món tốt nhất nhưng không thể nào thấy ngon miệng. Họ biết rằng cuộc sống rất ngắn ngủi, rồi sau đó sẽ chỉ có màn đêm và lửa địa ngục. Họ luôn sống trong hoang tưởng.

Trong khi đó, người nghèo, cuộc sống của họ cùng cực chẳng khác nào địa ngục, lại cảm thấy được an ủi. Bạn sẽ ngạc nhiên khi biết

rằng tại những quốc gia nghèo, người dân hài lòng về cuộc sống của mình hơn so với người dân ở những nước giàu. Tôi đã từng thấy những người nghèo nhất Ấn Độ không hề bất mãn chút nào. Trong khi đó người Mỹ lại đi khắp thế giới để tìm kiếm sự hướng dẫn về mặt tâm linh – lẽ tự nhiên thôi, họ muốn bước qua cánh cửa thiên đường ấy mà!

Có lẽ tôi là người đầu tiên kính trọng đồng tiền và của cải vì nó giúp cho bạn giàu có về nhiều mặt.

Người nghèo thì không thể hiểu được Mozart, kẻ đói thì không thể hiểu được Michelangelo, kẻ ăn mày thậm chí còn không màng đến tranh của Vincent Van Gogh. Người đang phải chịu đói sẽ không đủ năng lượng để trở nên thông minh. Trí thông minh chỉ được bồi dưỡng khi bạn có một nguồn năng lượng thể chất dồi dào, trong khi những người này đã phải hụt hơi để kiếm kế sinh nhai.

Sự giàu có cũng có ý nghĩa như một bản nhạc hay, một tác phẩm văn chương xuất sắc hay một kiệt tác nghệ thuật.

Có những người khi sinh ra đã có khả năng âm nhạc. Mozart chơi nhạc xuất sắc từ khi mới tám tuổi, dù ông không hề sống gần nhạc sĩ vĩ đại nào. Vincent Van Gogh sinh ra trong một gia đình nghèo có cha làm công nhân mỏ than. Ông chưa bao giờ được đi học, cũng như không hề biết bất kỳ trường mỹ thuật nào, thế mà lại trở thành danh họa lớn của thế giới.

Một trong những bức tranh của ông đã khiến các họa sĩ khác cười nhạo ông vì ông vẽ những ngôi sao theo cách mà chưa ai từng thấy: chúng chuyển động như tinh vân, nhìn giống cái bánh xe đang không ngừng quay. Có ai thấy những ngôi sao như thế bao giờ đâu?

Nhưng các nhà vật lý ngày nay đã khám phá ra rằng Van Gogh không sai. Những ngôi sao không hề giống như chúng ta vẫn thấy mà ngược lại, y hệt như những gì Van Gogh đã vẽ. Tội nghiệp cho Van Gogh! Con người ấy có một đôi mắt nhìn thấy những điều mà phải đến một trăm năm sau các nhà vật lý mới phát hiện ra bằng những phương tiện kỹ thuật hiện đại. Và lạ lùng thay, Vincent Van Gogh chỉ với đôi mắt bình thường đã nhìn ra hình dáng chính xác của những ngôi sao. Chúng chuyển động và không ngừng chuyển động chứ không đứng im như bạn vẫn thấy.

Và khi được hỏi về những cái cây: "Ông tìm thấy những cái cây này ở đâu vậy, những cái cây đang vươn lên những vì sao ấy?", thì

Van Gogh đáp: "Đó là những cái cây mà tôi đã ngồi bên cạnh chúng và lắng nghe những hoài bão của chúng. Tôi đã nghe thấy chúng nói rằng chúng chính là hoài bão vươn tới ngôi sao của Trái đất".

Có lẽ phải mất vài thế kỷ nữa thì các nhà khoa học mới có thể khám phá ra rằng những cái cây chính là hoài bão của Trái đất. Có một điều đã rõ, đó là cây bao giờ cũng mọc ngược với trọng lực. Trái đất cho phép chúng đi ngược lại với trọng lực và luôn hỗ trợ chúng. Có lẽ Trái đất muốn trò chuyện với những vì sao. Trái đất là một vật thể sống và cuộc sống lúc nào cũng muốn tiến lên cao hơn, cao hơn nữa. Khát vọng đó là vô biên. Làm sao những người nghèo có thể hiểu được điều đó?

Giống như có những người sinh ra đã là họa sĩ hay thi sĩ, tôi cũng muốn bạn nhớ rằng có những người bẩm sinh đã biết tạo ra của cải. Song, chưa bao giờ họ được đánh giá cao. Đâu phải ai cũng là Henry Ford, đâu phải ai cũng có thể là Henry Ford.

Giống như có những người sinh ra đã là họa sĩ hay thi sĩ, tôi cũng muốn bạn nhớ rằng có những người bẩm sinh đã biết tạo ra của cải.

Henry Ford sinh ra trong một gia đình nghèo khó và đã trở thành người giàu nhất thế giới. Hẳn ông phải có tài năng thiên bẩm nào đó mới có thể tạo ra tiền bạc của cải nhiều đến thế. Tạo ra của cải còn khó hơn vẽ một bức tranh, sáng tác một bản nhạc hay bài thơ rất nhiều. Tạo ra của cải không phải là một công việc dễ dàng. Henry Ford lẽ ra cũng nên được ca ngợi như bất kỳ nhạc sĩ, văn sĩ hay thi sĩ bậc thầy nào.

Tôi kính trọng tiền bạc. Tiền bạc là một trong những phát minh vĩ đại nhất của con người. Chỉ có kẻ ngốc mới kết án nó, có thể do họ ghen tỵ khi thấy người khác có tiền còn mình thì không. Sự ghen tỵ đó đã biến thành lời kết án của họ.

Tiền chỉ là phương tiện trao đổi trung gian. Trước khi có đồng tiền, con người thật sự gặp rất nhiều khó khăn. Cả thế giới chỉ dựa vào hệ thống trao đổi hàng hóa. Bạn có con bò và bạn muốn mua một con ngựa, thế thì bạn phải làm cả núi việc: tìm người muốn bán ngựa và muốn mua bò. Thật là vất vả! Bởi người này có ngựa nhưng lại không muốn mua bò, người thích mua bò nhưng lại không có ngựa.

Tạo ra của cải còn khó hơn vẽ một bức tranh, sáng tác một bản nhạc hay bài thơ rất nhiều. Tạo ra của cải không phải là một công việc dễ

dàng. Henry Ford lẽ ra cũng nên được ca ngợi như bất kỳ nhạc sĩ, văn sĩ hay thi sĩ bậc thầy nào.

Đó là tình trạng cuộc sống trước khi có đồng tiền. Lẽ tự nhiên, con người lúc đó bị cái nghèo trói buộc bởi họ không thể bán hay mua thứ gì cả. Việc trao đổi sản phẩm hết sức khó khăn, bất tiện. Và đồng tiền đã làm cho mọi thứ trở nên dễ dàng hơn. Người muốn bán bò không cần phải đi tìm người muốn bán ngựa nữa. Anh ta chỉ việc bán bò, lấy tiền rồi tìm người muốn bán ngựa nhưng không thích mua bò.

Tiền trở thành phương tiện trung gian trao đổi, từ đó phương thức hàng đổi hàng dần biến mất trên thế giới. Tiền đã làm công việc phụng sự vĩ đại cho nhân loại và nhờ có thể mua - bán mà con người ngày càng trở nên giàu có.

Đồng tiền càng được luân chuyển thì bạn càng có thêm nhiều tiền. Ví dụ, nếu tôi có một đô-la và tôi cứ giữ nó, rốt cuộc trong thính phòng này chỉ có một đô-la. Nhưng nếu tôi mua một món gì đó và đồng đô-la ấy được chuyển sang người khác, tôi sẽ có được giá trị của đồng đô-la và tận hưởng nó. Bạn không thể ăn đồng đô-la, thế thì làm sao bạn có thể vui thú nếu chỉ giữ lấy nó? Bạn chỉ có thể tận hưởng nó bằng cách sử dụng nó. Tôi tận hưởng nó và đồng đô-la lại chuyển đến tay người khác. Giờ đây anh ta giữ nó, thế là đã có hai đồng đô-la, một là cái tôi đã tận hưởng và một là cái mà người kia đang giữ.

Tuy nhiên, nếu không ai giữ tiền, ai cũng chuyền tay đồng tiền thật nhanh và nếu có ba ngàn người thì đã có ba ngàn đô-la được sử dụng, được tận hưởng. Đó là chỉ mới tính có một vòng thôi đấy. Giả sử có thêm nhiều vòng thì sẽ có thêm nhiều đồng đô-la nữa. Trong thực tế tất cả chỉ có một đồng đô-la và không có thêm đồng nào khác, nhưng nhờ luân chuyển mà đồng đô-la đó đã tự nhân lên.

Chính vì thế tiền bạc được gọi là *currency,* nghĩa là *dòng chảy.* Chúng ta không nên khư khư giữ lấy tiền. Hãy dùng nó ngay khi bạn vừa có nó! Đừng phí thời gian vì càng lần lữa, bạn càng ngăn cản không cho đồng tiền sinh sôi.

Tiền bạc là một phát minh vĩ đại. Nó giúp con người trở nên giàu có hơn và có được những thứ họ vốn không có. Thế nhưng nhiều tôn giáo chống lại nó.

Tiền bạc là một phát minh vĩ đại. Nó giúp con người trở nên giàu

có hơn và có được những thứ họ vốn không có. Thế nhưng nhiều tôn giáo chống lại nó. Họ không muốn con người giàu có và không muốn con người trở nên thông minh, bởi nếu con người thông minh thì họ sẽ sao nhãng tôn giáo?

Vì vậy hãy vứt bỏ mọi định kiến về tiền bạc. Hãy tôn trọng nó. Hãy tạo ra của cải bởi chỉ sau khi tạo ra của cải thì những khía cạnh khác mới mở ra cho bạn.

Sáng tạo

SỰ SÁNG TẠO TỐI THƯỢNG & Ý NGHĨA CUỘC ĐỜI

Bản thân cuộc sống không hề có một ý nghĩa nào cả. Cuộc sống là một cơ hội để tạo ra ý nghĩa. Và ý nghĩa đó không phải do bạn khám phá được mà phải do bạn tạo ra. Bạn chỉ tìm thấy ý nghĩa cuộc sống khi bạn tạo ra nó. Nó không nằm đâu đó dưới những bụi cây để bạn có thể đi tìm và chỉ đào bới một chút là đã gặp. Nó không nằm sẵn như một tảng đá để bạn dễ dàng tìm thấy. Nó là bài thơ chờ được sáng tác, là bài hát cần người xướng lên và là vũ điệu chờ người thể hiện.

Ý nghĩa cuộc sống là một vũ điệu chứ không phải một tảng đá lù lù trước mặt. Nó cũng chính là âm nhạc. Và bạn chỉ tìm thấy nó khi tạo ra nó, hãy nhớ như vậy.

Hàng triệu người đang sống một cuộc đời vô nghĩa vì ý nghĩ xuẩn ngốc rằng ý nghĩa cuộc đời là cái gì đó ta có thể khám phá được, cứ như thể nó đã có sẵn và những gì bạn cần làm là vén tấm màn lên, rồi bắt lấy nó! Song, thật sự không hề như thế.

Bạn hãy nhớ rằng, Đức Phật tìm ra ý nghĩa cuộc sống vì Ngài đã tạo ra nó. Chỉ những ai đã tạo ra mới tìm thấy. Thật may là ý nghĩa cuộc đời không nằm sẵn đâu đó, bằng không thì chẳng còn ai muốn tìm nó nữa khi đã có người tìm ra?

Bạn không thấy sự khác nhau giữa ý nghĩa tâm linh và ý nghĩa khoa học sao? Albert Einstein đã khám phá ra thuyết tương đối, vậy giờ đây bạn có cần khám phá ra nó một lần nữa không? Bạn sẽ là thằng khờ nếu khám phá đi khám phá lại mãi một điều. Ích lợi gì kia chứ? Có người đã làm điều đó và anh ta đưa cho bạn tấm bản đồ chỉ dẫn. Có thể anh ta đã mất nhiều năm để phát hiện ra nhưng

để hiểu, bạn chỉ cần mất vài giờ. Bạn có thể dễ dàng lĩnh hội kiến thức ấy ở trường.

Đức Phật cũng khám phá ra một điều gì đó, Zarathustra(*) cũng khám phá ra một điều gì đó nhưng khám phá của họ khác với khám phá của Albert Einstein. Không phải là bạn chỉ việc đi theo Zarathustra cùng với tấm bản đồ của ông ấy rồi tìm thấy nó. Không! Bạn sẽ không bao giờ tìm thấy nếu làm thế. Mà bạn sẽ phải trở thành Zarathustra. Sự khác biệt là ở đó!

(*) *Zarathustra, hay Zoroaster, là tiên tri người Ba Tư và là người sáng lập Bái hỏa giáo (Zoroastrianism).*

Tiền bạc là một phát minh vĩ đại. Nó giúp con người trở nên giàu có hơn và có được những thứ họ vốn không có. Thế nhưng nhiều tôn giáo chống lại nó.

Để hiểu được thuyết tương đối, bạn không cần phải trở thành Albert Einstein. Bạn chỉ cần có một trí thông minh trung bình, thế là đủ. Nhưng để hiểu được ý của Zarathustra, bạn phải trở thành Zarathustra, bằng không thì không thể. Bạn sẽ phải sáng tạo ra nó một lần nữa. Mỗi người phải tạo ra ý nghĩa cuộc sống, tạo ra chân lý. Mỗi người phải "thai nghén" nó và trải qua giai đoạn đau đẻ khi cho nó ra đời. Mỗi người phải "mang nặng" nó, nuôi nó bằng máu thịt của mình và chỉ khi đó họ mới có thể tìm thấy ý nghĩa cuộc sống.

Nếu bạn không thể nhìn ra ý nghĩa cuộc sống và chỉ thụ động ngồi chờ, nó sẽ chẳng bao giờ đến. Trong cuộc sống đã có sẵn tự do, có sẵn năng lượng để bạn tạo ra ý nghĩa cuộc sống. Cánh đồng đã sẵn có, chỉ chờ người gieo hạt và thu hoạch. Mọi thứ đã sẵn có, nhưng ý nghĩa cuộc sống thì phải được tạo ra. Chính vì vậy mà việc tạo ra ý nghĩa cuộc sống là một cuộc phiêu lưu, là niềm vui và sự đê mê.

Do đó, việc đầu tiên là tôn giáo cần phải sáng tạo. Cho đến ngày nay, nhiều tôn giáo vẫn rất thụ động và gần như bất lực. Bạn không thể trông đợi vào sự sáng tạo ở một người thụ động. Bạn chỉ có thể trông đợi họ nhịn ăn, ngồi trong hang, dậy thật sớm, tụng mật chú... Nếu chỉ có thế thì bạn sẽ hết sức hài lòng! Và bạn ca ngợi họ vì họ có thể tuyệt thực thật lâu. Có thể anh ta là một người mắc chứng tình dục biến thái hoặc thích hành hạ bản thân. Anh ta ngồi đó giữa trời giá lạnh, mình trần không mảnh vải và bạn ngưỡng mộ anh ta.

Nhưng điều đó có ích gì, có giá trị gì kia chứ? Mọi con thú trong tự nhiên đều mình trần giữa tuyết lạnh đấy thôi và chúng có phải là thánh đâu. Hoặc thấy anh ta ngồi phơi mình dưới nắng nóng, bạn cũng trầm trồ ngưỡng mộ: "Nhìn kìa! Đây mới đúng là khổ hạnh vĩ đại". Nhưng thật ra anh ta đang làm gì kia chứ? Anh ta cống hiến được gì cho thế giới? Anh ta góp phần làm đẹp gì cho thế giới? Anh ta có thay đổi thế giới được tí nào không? Liệu anh ta có làm cho thế giới này thêm chút ngọt ngào, thơm tho không? Không, bạn không hề hỏi những câu hỏi như vậy.

Bạn nên tự hỏi những câu đó. Hãy ca ngợi người đã sáng tác nhạc. Hãy ca ngợi người đã tạo ra tác phẩm điêu khắc tuyệt đẹp. Hãy ca ngợi người đã thổi sáo thật hay. Hãy ca ngợi một người vì anh ta biết yêu thương. Hãy ca ngợi một người vì nhờ có anh ta mà thế giới thêm đẹp hơn. Từ nay trở đi, hãy để sự trân trọng này trở thành phẩm chất tâm linh.

Hãy quên những điều ngu ngốc như tuyệt thực, ngồi trong hang, hành xác hay nằm trên thảm chông. Hãy ca ngợi người đã trồng những bông hồng xinh đẹp, nhờ đó mà thế giới thêm tươi thắm và bạn sẽ tìm thấy ý nghĩa của cuộc sống. Ý nghĩa này đến từ sự sáng tạo. Vì vậy tôn giáo cần thấm đượm tính thơ ca và nghệ thuật hơn nữa.

Thỉnh thoảng bạn đi tìm ý nghĩa cuộc sống vì đã có kết luận nào đó. Bạn quả quyết rằng ý nghĩa sẽ ở đó hoặc phải ở đó, nhưng rồi bạn đã không tìm thấy.

Việc tìm kiếm phải thuần khiết, nghĩa là không nên đi kèm với bất kỳ kết luận nào, không mang bất kỳ hàm ý nào trong đó. Bạn đi tìm ý nghĩa gì? Nếu đã có kết luận rồi thì bạn sẽ không tài nào tìm thấy được bởi ngay từ đầu việc tìm kiếm đã bị ô nhiễm, thiếu trong sáng.

Hãy ca ngợi người đã tạo ra tác phẩm điêu khắc tuyệt đẹp. Hãy ca ngợi người đã thổi sáo thật hay… Từ nay trở đi, hãy để sự trân trọng này trở thành phẩm chất tâm linh.

Chẳng hạn, nếu một người bước vào vườn của tôi với suy nghĩ rằng sẽ tìm thấy kim cương và có thể khu vườn mới xinh đẹp thì khi không tìm thấy kim cương, anh ta sẽ bảo khu vườn thật vô giá trị dù trong vườn có vô số hoa đẹp, chim chóc đua hót, khắp nơi rực rỡ những sắc màu, còn gió thì thổi rì rào qua những rặng thông và khắp nơi rêu phủ xanh rì những tảng đá. Anh ta không thể nhận ra giá trị của khu vườn bởi anh đã mặc định trong đầu là

phải tìm thấy kim cương, chỉ khi đó mọi thứ ở đây mới có ý nghĩa. Anh ta đã bỏ lỡ ý nghĩa cuộc sống bởi chính suy nghĩ của mình.

Hãy mang thái độ trong sáng, thuần khiết khi tìm kiếm. Đừng tìm kiếm với bất kỳ ý nghĩ nào sẵn có trong đầu, cứ đi trong trần trụi và giữ cho tâm hồn rộng mở, trống rỗng. Rồi bạn không chỉ tìm thấy ý nghĩa cuộc sống mà còn khám phá ra ngàn lẻ một ý nghĩa khác. Khi đó mọi thứ đều trở nên có ý nghĩa – từ viên đá màu lung linh trong nắng cho đến giọt sương lấp lánh bảy sắc cầu vồng, hay một bông hoa dại đung đưa trong gió,... Bạn còn đi tìm ý nghĩa nào khác nữa?

Đừng bắt đầu bằng một kết luận, nếu không thì ngay từ đầu bạn đã lạc lối. Cứ đi mà không cần kết luận nào cả! Đó chính là điều tôi muốn nói khi không ngừng bảo bạn rằng, hãy cứ đi tới mà không cần phải trang bị kiến thức gì nếu bạn muốn tìm thấy sự thật. Người học rộng hiểu sâu sẽ không bao giờ tìm thấy bởi đã bị kiến thức của mình cản trở.

Goldstein chưa bao giờ đi xem hát. Lần nọ, nhân dịp sinh nhật của ông, các con ông bèn tặng cho bố một chiếc vé đi xem kịch.

Đêm sau buổi diễn, họ đến thăm bố và háo hức hỏi thăm xem ông nghĩ thế nào. “À”, Goldstein đáp, “thật là vớ vẩn. Khi cô ấy muốn thì anh ta lại không muốn. Còn khi anh ta muốn thì cô ấy lại không muốn. Còn khi cả hai đều muốn thì màn hạ xuống!”.

Nếu bạn có thể vứt bỏ kiến thức của mình, cuộc sống đột nhiên sẽ trở nên rực rỡ và lâng lâng. Còn nếu bạn vẫn tiếp tục mang vác kinh sách, lý thuyết, học thuyết và triết lý, bạn sẽ lạc lối trong chúng. Rồi mọi thứ sẽ trở thành mớ hỗn tạp, hổ lốn, thậm chí bạn không thể nhớ đâu là đâu.

Đừng tìm kiếm với bất kỳ ý nghĩ nào sẵn có trong đầu, cứ đi trong trần trụi và giữ cho tâm hồn rộng mở, trống rỗng. Rồi bạn không chỉ tìm thấy ý nghĩa cuộc sống mà còn khám phá ra ngàn lẻ một ý nghĩa khác.

Tâm trí bạn là một mớ hỗn tạp. Hãy thu dọn lại, biến nó trở thành tờ giấy trắng. Cái đầu trống rỗng là cái đầu tốt nhất. Và những ai bảo rằng đầu óc trống rỗng là chỗ trú ngụ cho quỷ sứ thì họ mới chính là tay sai của quỷ sứ. Tâm trí trống rỗng là tâm trí gần với Thượng đế hơn bất kỳ cái gì. Nó không hề là nơi trú ngụ của quỷ sứ, bởi quỷ sứ không thể hành động mà không có suy nghĩ. Quỷ sứ không thể làm được gì với sự trống rỗng. Nó không có cách nào để

đi vào sự trống rỗng.

Hiện tại tâm trí chúng ta ngổn ngộn những ý nghĩ, dường như chẳng có gì là rõ ràng. Bạn nghe quá nhiều thứ từ nhiều nguồn khác nhau, cho nên tâm trí bạn chẳng khác nào con quái vật! Lúc nào bạn cũng cố gắng ghi nhớ, bởi mọi người vẫn bảo bạn rằng: "Đừng có quên đấy!". Và lẽ tự nhiên là bạn chẳng thể nhớ được điều gì cả. Bạn đã quên rất nhiều thứ, cũng như đã tưởng tượng và tự thêm thắt vào nhiều thứ.

Bạn cứ nhớ "Plato đã nói rằng...", "Lão Tử đã nói rằng...", rồi "Chúa Jesus đã nói...", "Mohammed đã nói..." và chúng cứ lẫn lộn cả lên, còn bạn chẳng nói lấy một lời nào của riêng mình. Chừng nào bạn còn chưa cất lên tiếng nói của mình thì bạn sẽ còn bỏ lỡ ý nghĩa cuộc sống.

Hãy vứt bỏ kiến thức và trở nên sáng tạo hơn. Kiến thức chỉ là sự góp nhặt, bạn không cần phải tạo thêm kiến thức mà chỉ cần đón nhận nó. Và đó là những gì con người đã làm: họ bị thu lại thành khán giả. Họ đọc báo, đọc kinh sách; họ đi xem phim, ngồi đó và thưởng thức phim; họ đi coi bóng đá, hoặc ngồi trước ti-vi, hoặc nghe ra-đi-ô... Hai mươi bốn tiếng mỗi ngày, họ chỉ có bấy nhiêu *hoạt động phi hoạt động,* chỉ là một khán giả. Những người khác đang làm, còn họ chỉ đơn giản là ngồi xem.

Bạn sẽ không thể tìm thấy ý nghĩa nếu chỉ ngồi xem. Bạn có thể thấy cả ngàn người đang làm tình nhưng bạn không biết tình yêu là gì, cũng như thế nào là cực khoái nếu chỉ ngồi xem. Bạn phải tham gia vào sự việc và khi đó, ý nghĩa sẽ đến. Hãy tham dự vào cuộc sống! Hãy tham dự một cách sâu sắc, trọn vẹn nhất có thể được. Hãy đánh liều tất cả để dấn thân vào. Nếu bạn muốn biết khiêu vũ là như thế nào, đừng chỉ nhìn người khác khiêu vũ mà hãy đi học khiêu vũ và trở thành vũ công. Nếu bạn muốn biết bất cứ điều gì, hãy tham dự vào chính điều đó! Rồi cuộc sống của bạn sẽ có ý nghĩa hơn, không chỉ một chiều mà là đa chiều.

Cuộc sống cần mang tính đa chiều, chỉ khi đó nó mới có ý nghĩa. Đừng bao giờ làm cho cuộc sống của bạn trở nên đơn chiều, khi đó bạn sẽ gặp rắc rối. Một số người trở thành kỹ sư và nghĩ rằng thế là hết, anh ta sẽ giống hệt như bao kỹ sư khác. Suốt cả cuộc đời, anh ta sẽ chỉ là một kỹ sư... trong khi có hàng triệu thứ đang sẵn có xung quanh nhưng anh ta chỉ đi trên một con đường đã chọn. Anh ta sẽ sớm cảm thấy chán chường, ngán ngẩm, rồi mệt mỏi, mòn mỏi. Cứ thế anh ta tiếp tục lê bước theo cuộc sống, chỉ biết chờ đến cái chết. Sống như thế thì có ý nghĩa gì?

Hãy tham dự vào cuộc sống! Hãy tham dự một cách sâu sắc, trọn vẹn nhất có thể được. Hãy đánh liều tất cả để dấn thân vào. Nếu bạn muốn biết khiêu vũ là như thế nào, đừng chỉ nhìn người khác khiêu vũ mà hãy đi học khiêu vũ và trở thành vũ công. Nếu bạn muốn biết bất cứ điều gì, hãy tham dự vào chính điều đó!

Hãy tìm thêm những sở thích mới, những mối quan tâm khác. Đừng lúc nào cũng chỉ là một doanh nhân, thỉnh thoảng bạn cũng phải biết vui chơi chứ! Đừng chỉ là một bác sĩ, kỹ sư, hiệu trưởng hay giáo sư, hãy thử sức trong nhiều lĩnh vực đến mức có thể. Hãy chơi bài, chơi đàn violon, ca hát, chụp ảnh, làm thơ... Rồi bạn sẽ thấy mình thật giàu có. Và từ đó, bạn sẽ tìm thấy ý nghĩa cuộc sống.

Tôi đã nghe được một câu chuyện rất ý nghĩa về Socrates như sau:

Trong lúc chờ chết ở trong tù, Socrates cứ bị ám ảnh bởi một giấc mơ không ngừng thôi thúc ông: "Socrates, chơi nhạc đi!". Con người già cả này cảm thấy trước nay lúc nào mình cũng phục vụ nghệ thuật bằng chính triết lý của mình, nhưng giờ đây, bị thôi thúc bởi giọng nói bí ẩn đó, ông bèn biến những câu chuyện ngụ ngôn của mình thành thơ và sáng tác một bài ca tụng về thần Apollo và tập thổi sáo.

Đối diện với cái chết, triết học và âm nhạc đã nắm tay nhau đi một đoạn đường dù ngắn ngủi nhưng Socrates chưa bao giờ cảm thấy an lành, hạnh phúc đến thế.

Trước nay chưa bao giờ ông thổi sáo. Có điều gì đó trong ông cứ thúc giục: "Socrates, chơi nhạc đi!" ngay vào lúc đối diện với cái chết. Thật là nực cười! Từ trước tới nay có bao giờ ông chơi nhạc đâu, cũng chưa bao giờ ông sáng tác nhạc. Một phần trong ông đã bị bóp chẹt – phải, ngay cả một người như Socrates cũng sống đơn chiều. Nhưng cái phần bị từ chối ấy đã vùng dậy: "Bấy nhiêu lô-gic đã đủ rồi, một chút âm nhạc sẽ tốt hơn và giúp mang lại sự cân bằng. Bấy nhiêu tranh cãi đã đủ rồi, hãy thổi sáo đi". Và tiếng nói đó quyết liệt đến mức ông phải nhượng bộ.

Các đệ tử của ông hẳn rất rối trí khi biết tin đó: "Thầy mình có điên không vậy? Socrates mà thổi sáo ư?". Nhưng với tôi thì điều đó lại rất có ý nghĩa. Có thể tiếng sáo sẽ không được hay vì ông chưa bao giờ đụng đến âm nhạc. Chắc chắn nó sẽ rất nghiệp dư và ngô nghê như trẻ con, nhưng dù sao thì vẫn có chút gì đó được thỏa mãn. Ông không còn sống phiến diện nữa. Có thể đây là lần đầu tiên trong đời ông đã sống thật ngẫu hứng, thật tự nhiên. Lần

đầu tiên trong đời ông đã làm một điều mà không hiểu tại sao mình làm. Bằng không, ông chỉ là một con người lý trí.

Và tôi cũng đọc được một câu chuyện về Baal Shem, một nhà huyền môn Do Thái Hasidic vĩ đại:

Vào ngày lễ, những người Hasid tụ họp lại để cầu nguyện và trao đổi với bậc thầy. Một người đàn ông mang theo đứa con chậm phát triển và hơi sợ rằng cậu bé sẽ làm điều gì đó không phải nên ông cứ để mắt tới nó. Khi lời cầu nguyện được cất lên, cậu bé hỏi cha: "Con có một cái còi, con thổi được không cha?".

Người cha đáp: "Tuyệt đối không, cái còi của con đâu?" vì ông sợ cậu bé không nghe lời mình. Cậu bé bèn chỉ cho cha chiếc còi trong túi và người cha không ngừng để mắt đến cái túi của con. Đến tiết mục nhảy múa, người cha hoàn toàn quên mất cái còi và cũng bắt đầu ra nhảy. Những người Hasid vốn là những vũ công và vui tính. Họ mang nét tinh túy, cốt lõi của đạo Do Thái.

Hãy để những khoảnh khắc không thể giải thích được diễn ra. Hãy để một vài điều bí ẩn, mà bạn cũng không hiểu tại sao, xuất hiện. Và hãy làm điều gì đó hơi gàn dở một chút.

Và trong lúc mọi người nhảy múa cầu nguyện Thượng đế, đột nhiên chú bé không thể kềm được nữa, cậu rút cái còi ra thổi ré lên. Mọi người đều bị sốc! Nhưng Baal Shem tiến đến và ôm lấy cậu bé, bảo rằng: "Những lời cầu nguyện của chúng ta đã được nghe thấy. Nếu không có tiếng còi này, mọi thứ đều vô ích bởi đây là cái duy nhất ngẫu hứng ở đây. Mọi thứ còn lại chỉ là nghi thức".

Vì vậy đừng để cuộc đời bạn trở thành một nghi thức chết. Hãy để những khoảnh khắc không thể giải thích được diễn ra. Hãy để một vài điều bí ẩn, mà bạn cũng không hiểu tại sao, xuất hiện. Và hãy làm điều gì đó hơi gàn dở một chút. Người quá nghiêm chỉnh là người coi như đã chết. Một chút điên rồ luôn mang lại cho bạn niềm vui lớn. Hãy làm một vài việc điên rồ, rồi bạn sẽ tìm thấy ý nghĩa của cuộc sống.

TRUNG TÂM THIỀN ĐỊNH OSHO

Trung tâm Thiền định Osho là nơi mọi người có thể trực tiếp trải nghiệm một cuộc sống tỉnh táo hơn, thanh nhàn và vui tươi hơn. Trung tâm tọa lạc tại Pune, cách thành phố Mumbai của Ấn Độ khoảng 100 dặm về phía đông nam. Trung tâm có rất nhiều chương trình thiền định đáp ứng yêu cầu của hàng nghìn du khách từ hơn một trăm quốc gia trên thế giới tới đây hàng năm.

Ban đầu, Pune được xây dựng như một chốn ẩn dật cho các hoàng tử và quan chức thực dân Anh giàu có. Ngày nay, Pune là một thành phố hiện đại giàu có, nơi có rất nhiều trường đại học và khu công nghiệp công nghệ cao. *Trung tâm Thiền định Osho* được xây dựng theo tinh thần thiền định mới mẻ của ông: thanh thản, an nhàn, luôn thư giãn mà vẫn tỉnh táo tham dự vào các hoạt động xã hội. "Thiền viện" đặc biệt này có diện tích đến hơn 40 mẫu Anh, xung quanh được bao bọc bởi những rừng cây xanh tỏa mát, nhiều khách sạn và căn hộ tư nhân cho khách hành hương và thiền sinh đến thuê. Những quán café ngoài trời và những quán ăn trong trung tâm phục vụ cả món ăn truyền thống Ấn Độ cũng như quốc tế. Các thiền sinh được tu tập và sinh hoạt trong một môi trường trong lành, hiện đại, thậm chí đầy đủ tiện nghi với nguồn thực phẩm khép kín (rau sạch, nước sạch) từ cánh đồng của những người dân quanh vùng.

Các chương trình của Trung tâm Thiền định bao gồm cả những buổi học riêng, khóa học riêng hay hội thảo về mọi chủ đề, từ nghệ thuật sáng tạo tới phục hồi sức khỏe tinh thần, sự chuyển đổi nội tâm và liệu pháp tâm lý, khoa học huyền bí, phương pháp thiền định với thể thao, phương pháp khơi nguồn sáng tạo, sự hòa hợp giữa các mối quan hệ cũng như những dấu mốc đánh dấu thay đổi lớn trong cuộc đời của nam giới và phụ nữ. Những khóa học cá nhân và buổi hội thảo theo nhóm thường được tổ chức suốt trong năm cùng với thời khóa biểu kín đặc những buổi thiền định hằng ngày.

Để biết thêm thông tin về Osho và tác phẩm của ông, vui lòng truy cập trang web: www.osho.com

Đây là một website đầy đủ thông tin được trình bày bằng một số ngôn ngữ phổ biến trên thế giới. Tại đây, các bạn có thể tìm thấy thời khóa biểu của các khóa học, danh mục sách và băng đĩa, hệ thống các trung tâm nghiên cứu về Osho trên thế giới cũng như các tài liệu đã được tập hợp lại từ những bài thuyết giảng của Osho.

Hoặc liên hệ: Trung tâm Quốc tế về Osho (Osho International)

Trụ sở tại New York

E-mail: oshointernational@oshointernational.com